

आयुर्वेद सार दर्पण



आयुर्वेद सार दर्पण

(घेरलु वैद्य)

को

अकासदि विषयानुक्रमणिका

क्र. सं.	विषय	पृष्ठ
१.	अजीर्णको उपाइ.....	१
२.	अजैपाल खयाको उपाइ.....	१
३.	अरिगालले चिल्याको उपाइ.....	२
४.	अर्धकपालीको उपाइ.....	२
५.	अन्धा खटिसको उपाइ.....	२
६.	अतिसारको उपाइ.....	२
७.	अष्टाङ्ग दुखनाको उपाइ.....	३
८.	आँखा चुहुन्याको उपाइ.....	३
९.	आँखा सुजन्याको उपाइ.....	३
१०.	उपर्तलीको उपाइ.....	४
११.	उखालो घामिनाको उपाइ.....	४
१२.	उँघाको उपाइ.....	५
१३.	उकुदको उपाइ.....	५
१४.	औलो ज्वराको उपाइ.....	५
१५.	कर्णशूलको उपाइ.....	४
१६.	कमल रोगको उपाइ.....	६
१७.	काँसाको उपाइ.....	६
१८.	कुपथको उपाइ.....	७
१९.	कुष्ठको उपाइ.....	८

क्र. सं.	विषय	पृष्ठ
२०.	केशको उपाइ.....	८
२१.	खलहलाको उपाइ.....	९
२२.	खराको उपाइ.....	९
२३.	खराजुडाको उपाइ.....	१०
२४.	खजुराले खाद्याको उपाइ.....	१०
२५.	खोइराको उपाइ.....	१०
२६.	गडेरी खटिराको उपाइ.....	१०
२७.	ग्रहकषटको उपाइ.....	११
२८.	गानाको उपाइ.....	११
२९.	गाँडको उपाइ.....	१२
३०.	गुद आउनाको उपाइ.....	१२
३१.	गोडा फुटनाको उपाइ.....	१३
३२.	घर पल्ट्याको उपाइ.....	१४
३३.	घाउ लाम्याको उपाइ.....	१४
३४.	चटपटिको उपाइ.....	१५
३५.	चाजाँको उपाइ.....	१५
३६.	चिति - मसानको उपाइ.....	१५
३७.	चितो प्रकरण.....	१५
३८.	छिन्नदाको उपाइ.....	१६
३९.	जल ग्रहको उपाइ.....	१६
४०.	जनै खटिराको उपाइ.....	१७
४१.	ज्वर को उपाइ.....	१७
४२.	झाँलाको उपाइ.....	१७
४३.	थुनिलोको उपाइ.....	१७

क्र. सं.	विषय	पृष्ठ
४४.	दग्धिको उपाइ.....	१८
४५.	दन्तपीडाको उपाइ.....	१८
४६.	दिवस तारा देखिनाको उपाइ.....	१८
४७.	देउकाँढाको उपाइ.....	१८
४८.	धातुको उपाइ.....	१९
४९.	नसाको उपाइ.....	१९
५०.	निरन्दको उपाइ.....	१९
५१.	नेत्र रोगको उपाइ.....	२०
५२.	पखाल थापिनाको उपाइ.....	२०
५३.	पारो खायाको उपाइ.....	२१
५४.	प्यासको उपाइ.....	२१
५५.	पिनासको उपाइ.....	२२
५६.	पित्तको उपाइ.....	२२
५७.	पेट फुल्याको उपाइ.....	२१
५८.	पेट दुखनाको उपाइ.....	२२
५९.	पेटका जुकाको उपाइ.....	२३
६०.	पैठानीको उपाइ.....	२३
६१.	फियाको उपाइ.....	२४
६२.	फूलाको उपाइ.....	२४
६३.	बघौँ झारनाको उपाइ.....	२५
६४.	बहिराको उपाइ.....	२५
६५.	बाटुल्पात्या प्रकरण.....	२७
६६.	बाघे खटिराको उपाइ.....	२७
६७.	बौलाहा कुकुरले टोकेको उपाइ.....	२७
६८.	बाँझी स्त्री गर्भिणीहुन्याको उपाइ.....	२६

क्र. सं.	विषय	पृष्ठ
६९.	भय्मेसोर पिलाउनाको उपाइ.....	२८
७०.	भृंगीको उपाइ.....	२८
७१.	भृंगीराज कल्प.....	२८
७२.	मखाइको उपाइ.....	२९
७३.	माँडको उपाइ.....	२९
७४.	माकुराले छेरेको उपाइ.....	२९
७५.	मुसा भगाउन्थाको उपाइ.....	२९
७६.	मुसली प्रकरण.....	३०
७७.	मुख गनाउनाको उपाइ.....	३०
७८.	मेहराको उपाइ.....	३१
७९.	मोचको उपाइ.....	३१
८०.	मोहनीको उपाइ.....	३१
८१.	रतौंदीको उपाइ.....	३४
८२.	रागकल्प प्रकरण.....	३
८३.	राजरोगको उपाइ.....	३३
८४.	राहुरागन्को उपाइ.....	३३
८५.	रिसाको उपाइ.....	३४
८६.	रिङ्गटाको उपाइ.....	३४
८७.	लत्रेको स्तन साहारो गराउन्था उपाइ.....	३४
८८.	बभनिको उपाइ.....	३५
८९.	वाजको उपाइ.....	३५
९०.	वाउटा जुकाको उपाइ.....	३६
९१.	वायुको उपाइ.....	३६
९२.	चायु-गुल्मको उपाइ.....	३६
९३.	विविध रोगको उपाइ.....	३७

क्र. सं.	विषय	पृष्ठ
९४.	विफरको उपाइ.....	३७
९५.	बेहेरीको उपाइ.....	३८
९६.	शयनी खटिराको उपाइ.....	३८
९७.	शिर दुखनाको उपाइ.....	३८
९८.	शून्यको उपाइ.....	३९
९९.	शूलको उपाइ.....	३९
१००.	समुद्रफल प्रकरण.....	४०
१०१.	सर्पविषको उपाइ.....	४१
१०२.	स्वर आउनाको उपाइ.....	४१
१०३.	साल फुकाउनाको उपाइ.....	४१
१०४.	सिध्मा मन्दाग्नीको उपाइ.....	४२
१०५.	सूजाको उपाइ.....	४२
१०६.	हर्षाको उपाइ.....	४२
१०७.	हरिनाठको उपाइ.....	४३
१०८.	हरिताल खायाको उपाइ.....	४३
१०९.	हियो डलनाको उपाइ.....	४३
११०.	सबै औषधी खान दिँदाको मन्त्र.....	४४
१११.	सम्पादकको विनय.....	४५

आयुर्वेद सार दर्पण (घरेलु वैद्य)

को

पूर्वखण्डको विषयानुक्रमणिका सकियो

आयुर्वेद सार दर्पणको

(उत्तर खण्डको)

विषयानुक्रमणिका

क्र.सं.	विषय	पृष्ठ
१.	अजीर्ण-मन्दाग्री.....	५४
२.	अजीर्णको औषधि.....	३८८
३.	अरुचीमा.....	५२
४.	अरुचीनाशक उपाय.....	५६
५.	अतिसार चिकित्सा.....	४९
६.	अलकाई-अर्शमा.....	५२
७.	अर्शबवासीरनाशक उपाय.....	५३
८.	अन्तर्दाह(छटपटी)मा.....	५७
९.	अन्नमा कीरा न पर्नमा.....	५६
१०.	अङ्गप्रत्यङ्ग दुखेकोमा.....	६०
११.	अर्धकपालीमा.....	५९
१२.	अम्लपित्त (अमिलो पानी आउने) मा.....	५८
१३.	अम्लपित्तको औषधि.....	३९३
१४.	अपस्मार (छारे रोग) मा.....	५८
१५.	आकाशवेलीको गुण.....	६०
१६.	आँखा धुने उपाय.....	३८६
१७.	आँखाबाट आँसु बगिरहनेको उपाय.....	६०
१८.	आँखा दुख्ने र धमिलोपनमा.....	२४८
१९.	आँखाको फुलो (जालो) मा.....	६२, २४८
२०.	आँखाको रोगको औषधि.....	६१

क्र. सं.	विषय	पृष्ठ
२१.	आगो वा तातो घिउ-तेलले पोलेकोमा.....	६४/२४८
२२.	आगोले पोलेको घाउमा	६५
२३.	आउँ (मासी) परेकोमा.....	६५/२४८
२४.	आउँ-दिशा लागेकोमा.....	६६
२५.	आघाकपाल दुखेकोमा	६६
२६.	आम्रपाक.....	३५९
२७.	आमाशयको रोगमा.....	६६
२८.	इन्द्रलुप्त (खुइरे रोग) मा.....	६७
२९.	उकुच वा खटिराबाट पानी बगिरहने घाउमा.....	६८
३०.	उपियाँ भगाउनमा.....	७१
३१.	उपदंश रोगमा.....	३९६
३२.	उपदंश-भिरिङ्गीमा.....	६८
३३.	उदावर्त रोगमा.....	३९५
३४.	उन्माद एवं मूर्च्छा र रिंगटा लाग्ने रोगमा..	६८
३५.	उन्माद या घागलपनको अनुभूत औषधि..	७१
३६.	ओछ्यानमा मुले रोगको औषधि.....	७१
३७.	औलो-ज्वराको औषधि.....	७२
३८.	कपालको चाउँमा.....	७३/७४
३९.	कपालमा जुम्रा परेमा.....	७४
४०.	कपाल झरेमा.....	७२/२४९
४१.	कपाल लामो गराउनु परेमा.....	७२/२४९
४२.	कपाल कालो गर्नु परेमा.....	७२/२४९
४३.	कपाल दुखेमा.....	७४
४४.	कपाल दुखेको औषधि	३८९

क्र. सं.	विषय	पृष्ठ
४५.	कब्जियतमा.....	२५०
४६.	कब्ज हटाउने उपाय.....	७४
४७.	कफ फटाउनमा.....	७५/२४९
४८.	कफबाट रगत आएमा.....	७५
४९.	कफशूल भएमा.....	७६/२४९
५०.	कपडामा लागेको रगतको दाग छुटाउनु परेमा.....	७६
५१.	कपडामा लागेको मसीको दाग छुटाउनमा.....	७६
५२.	कमरभित्रको खटिरामा.....	७६
५३.	कमिलाले सताएमा.....	७५
५४.	कलेजो र फियाको रोगमा.....	७५/२५०
५५.	काटेको घाउमा.....	२५१
५६.	काटेको ठूलो घाउमा मासु नभरिएमा.....	८०
५७.	काटेको घाउमा लगाउने औषधि.....	८०
५८.	कान दुखेमा.....	३८६
५९.	कानको रोगमा.....	७७
६०.	कान नसुन्नेमा.....	२५०
६१.	कान पाकेकोमा.....	२५०
६२.	काने गुजी जमेमा.....	३८६
६३.	कान पाकेको; पीप खगेकोमा औषधि.....	४०६
६४.	कानको जरा सुन्निएकोमा.....	७९
६५.	क्यान्सर भएमा.....	८०
६६.	काल बोलाउन मन लागे.....	८०
६७.	कालो छाला गोरो बनाउनमा.....	८१/२५१
६८.	काम्पशक्ति घटाउनु परेमा.....	७७

क्र. सं.	विषय	पृष्ठ
६९.	कामशक्ति बढाउनु परेमा.....	७७
७०.	किरापरेको घाउमा.....	८१/२५१
७१.	कृमी रोग (जुका) मा.....	८१
७२.	कुकुरले टोकेको घाउमा.....	८१
७३.	खटिरा फोर्नु परेमा.....	८२
७४.	खपडको चिराइतो.....	९८
७५.	खाने नूनको गुण.....	८२
७६.	खेती-बालीमा कीरा लग्नेमा.....	८३
७७.	खोकी र स्वर बसेकोमा.....	८६
७८.	खोकीमा.....	२४५
७९.	खोकी र दममा.....	२५२
८०.	खोकीनाशक उपाय.....	८३
८१.	गण्डमालाको उपाय.....	३९४
८२.	गलगण्ड (गॉड) को औषधी.....	८६
८३.	गला बसेमा.....	८७
८४.	गानुगोलामा.....	८८
८५.	गिंजाको रोगमा.....	८९
८६.	गेष्टिक (वायु) बढी भएमा.....	८९
८७.	गोडा फुटेकोमा.....	९०
८८.	गोडा पोल्ने रोगमा.....	९०
८९.	घाउ खटिरामा.....	९०/२५१
९०.	घाउमा मासु न भरिएमा.....	९०
९१.	घाँटी दुखेमा.....	९०
९२.	घोडटाप्रेको गुण.....	९१
९३.	चन्द्रप्रभा र सूर्यप्रभा बढी.....	३६३

क्र. सं.	विषय	पृष्ठ
९४.	चर्मरोगमा.....	९१
९५.	चिलाउने रोगमा.....	९२
९६.	चीताकल्प.....	३५९
९७.	चोटपटककाट रक्तश्राव भएमा.....	९२
९८.	चोटपटकको घाउमा.....	९२
९९.	छाती पोलेमा.....	९३
१००.	छोप्रे व्यथा-छारे रोगमा.....	९३
१०१.	छोरा न भएर छोरीमात्र भएमा.....	९३
१०२.	जनै खटिरो भएमा.....	९४
१०३.	जरायोको सीगको भस्म.....	३५८
१०४.	जरो निको पार्ने निम्बादि चूर्ण.....	३९०
१०५.	जरोको रामबाण औषधि.....	३९१
१०६.	जलोदर रोगमा.....	९३
१०७.	जुका परेमा.....	९४
१०८.	जुम्रा-चंजुम्रा नाश गर्नमा.....	९५
१०९.	जोर्नी दुखेमा.....	९५
११०.	ज्वरो आएमा.....	९५
१११.	ज्वरनाशक उपाय (योग).....	९७
११२.	झाडा-बान्ता-हैजामा.....	९८
११३.	टान्सिल भएमा.....	९१/२५२
११३.	टाउको दुख्ने रोगमा.....	९९
११४.	टी. वी. रोगमा.....	२५२
११५.	तक्रकल्प.....	३६०
११६.	तागत बढाउनमा.....	१००
११७.	तितेपातीको गुण.....	१००

क्र. सं.	विषय	पृष्ठ
११८.	त्वचाको रोगमा.....	१०१
११९.	धुनिलो भएमा.....	१०१
१२०.	दम या श्वास रोगमा.....	१०२
१२१.	दौतको रोगमा.....	१०६/३५१
१२२.	दौतको औषधी.....	३८८
१२३.	दौतको कीरा झार्ने औषधि.....	१०८
१२४.	दौतको लागि अपूर्व मञ्जन.....	३५२
१२५.	दादको औषधि.....	१०८
१२६.	दालचीनिको गुण.....	१०६
१२७.	दाह-प्यासमा.....	११०
१२८.	दिसा खलौंस गर्नु परेमा.....	११०
१२९.	दृष्टि मन्द भएमा.....	११२
१३०.	दुब्लो व्यक्तिलाई पश्यापथ्य पदार्थ.....	१११
१३१.	दुधो र सेतो दाग सम्बन्धमा.....	११३
१३२.	दूध बढाउनु परेमा.....	११८
१३३.	धनुष्टङ्कारमा.....	११९
१३४.	घेरै तिर्खा लाग्ने रोगमा.....	१२०
१३५.	नाडीमन्द भएमा.....	१२१
१३६.	नाडीव्रणमा.....	१२१
१३७.	नाथ्रो फुटेको बन्द गर्नमा.....	१२२
१३८.	निद्रा नाश गर्नु परेमा.....	१२८
१३९.	निद्रा न लाग्नु (न आउनु) मा.....	१२५
१४०.	निद्रा लगाउने औषधि.....	१२६
१४१.	निद्रा लगाउने केही घरेलु उपाय.....	१२६
१४२.	निनवाको औषधि.....	१२३

क्र. सं.	विषय	पृष्ठ
१४३.	नेत्ररोगमा.....	१२३/१२८
१४४.	नेत्ररोगमा परहेज र औषधि.....	३८६
१४५.	पखालाको औषधि.....	१२८
१४६.	पत्थरी रोगमा.....	१२९
१४७.	पत्ती न लगाइकन रौ झार्ने उपाय.....	१३०
१४८.	पसीना रोक्नु परेमा.....	१२९
१४९.	प्रमेह रोगमा.....	३९७
१५०.	प्रमेह (धातु) रोगमा.....	१४१
१५१.	पाण्डु (पहेँले रोग-जण्डिस) रोगमा.....	१३१
१५२.	पातलो दिशा (पखाला) लागेमा.....	२५२
१५३.	पाथरिया (दाँतबाट पीप आउने) का	
१५४.	लागि अपूर्व मञ्जन.....	१३४
१५५.	पिनास भई कपाल दुखेमा.....	१३७
१५६.	पित्त ज्वरोमा.....	१३८
१५७.	पिडौँला फर्कने रोगमा.....	१३८
१५८.	पिलो हुन लागेमा.....	१३५
१५९.	पिशाब बन्द भएमा.....	१३५
१६०.	पिशाबबाट रगत आएमा.....	१३७
१६१.	पिशाब पोलेमा.....	१३८
१६२.	पीप बगिरहने घाउमा.....	१३९
१६३.	पुरानो आँउ भएमा.....	१३९
१६४.	पुरुष वशीकरण.....	१३९
१६५.	पुत्र प्राप्तिको लागि.....	१३९
१६६.	पेचिस रोगमा.....	१४६
१६७.	पेट दुखेमा.....	१४०

क्र. सं.	विषय	पृष्ठ
१६८.	पेट फुले रोगमा.....	१४०
१६९.	पेटको जुकाको औषधि.....	१४१
१७०.	पोतो-चाजोमा.....	१४६
१७१.	प्यास शान्तिको उपाय.....	१४७
१७२.	फियो बढेमा.....	१४८
१७३.	फूलाको औषधि.....	१८७
१७४.	फोक्सो सुत्रिएकोमा.....	१४९
	फोडा फुत्सिमा.....	१४९
१७५.	बङ्गारा दाँत दुखेकोमा.....	१४९
२७६.	बंगारो र कान दुखेमा.....	१४९
१७७.	बहिरोपनमा.....	१५०
१७८.	बहुमूत्र रोगमा.....	१५०/३९८
१७९.	बाथ-शूलमा.....	१६०
१८०.	बाथ रोगमा.....	१६०
१८१.	बारुलाले टोकेकोमा.....	१६१
१८२.	बालतोडमा.....	१६१
१८३.	बालिनालिमा कीरा लागेमा.....	१६०
१८४.	ब्याएको गाई-भैंसीले बाच्छा- पाडालाई दूध नदिएमा.....	१६०
१८५.	बिग्रेको घिउ सुधारने उपाय.....	१६१
१८६.	बिच्छिले टोकेकोमा.....	१६१
१८७.	बिच्छी आदि विषालु कीराले टोकेकोमा.....	१६२
१८८.	बिच्छीले टोकेकोमा औषधी.....	४०३
१८९.	ब्रेन निस्केकोमा.....	१६५
१९०.	बौलाहा कुकुरले टोकेको चिकित्सा.....	३५५

क्र. सं.	विषय	पृष्ठ
	केही बालरोगहरू	
१९१.	केटाकेटीको बेशा मोचको औषधि.....	१५४
१९२.	प्रसव-व्यथामा.....	१५४
१९३.	बच्चाको टाउकोमा घाउ-खटिरो भएमा.....	१५२
१९४.	बच्चाको टाउकोमा घाउ खटिरो भएमा.....	१५७
१९५.	बच्चाहरूलाई सर्दी लागेमा.....	१५७
१९६.	बच्चाको पेट फुलेमा.....	१५७
१९७.	बच्चाको पेट फुलेर दिशा राम्रो नभएमा..	१५७
१९८.	बच्चको कान दुखेमा.....	१५७
१९९.	बालरोगको औषधि.....	१५१
२००.	बालकहरूको कृमी रोग.....	१५१
२०१.	बालकको हिक्का र खोकी.....	१५१
२०२.	बालकको वमन.....	१५२
२०३.	बालकको तालुकंटक रोग.....	१५२
२०४.	बालकको नाभि पाक्ने र सुत्रिने.....	१५३
२०५.	बालकको मुखवा रोग.....	१५३
२०६.	बालकको करङ्गको रोग.....	१५३
२०७.	बालकको पेटको रोगको औषधि.....	१५४
२०८.	बालकको आँखाको रोग.....	१५५
२०९.	बालकको तोते बोली भएमा.....	१५५
२१०.	बालकले कान कम सुन्नु.....	१५५
२११.	बालकको पेट साफ गर्नुपरेमा.....	१५५
११२.	बालकको हुपीङ्ग कफ (लहरे खोकी)....	१५६
११३.	बालकको अतिसारको औषधि.....	१५७

क्र. सं.	विषय	पृष्ठ
२१४.	बालकको दौत आउने समयमा कष्ट.....	१५८
२१५.	बालकलाई दिशा लागि रहेमा.....	१५८
२१६.	बालकलाई धनुर्वत भएकोमा औषधि.....	१५८
२१७.	बालकको खोकी र श्वासमा.....	१५९
२१८.	बालकको पिशाव रोकिएकोमा.....	१६०
२१९.	भगन्दर (पुरानो खटिरो) को औषधि.....	४०३
२२०.	भगन्दरको घाउको लागि.....	१६४
२२१.	भगन्दर र मलद्वारसम्बन्धी रोगको लागि..	१६४
२२२.	भस्मक रोग र औषधि.....	३९४
२२३.	भलायो उच्छ्रेमा.....	१६५
२२४.	भाङको नशामा.....	१६५
२२५.	भूत बाधामा.....	१६५
२२६.	भूतोन्यादनाशक धूप.....	३२८
२२७.	भैंसेदादको औषधि.....	१६५
२२८.	भोक जगाउनु परेमा.....	१६५
२२९.	मन्दाग्रीमा.....	१६७
२३०.	महको गुण.....	१६७
२३१.	मधुमेहको औषधि.....	१६६
२३२.	मस्तिष्कको रोगमा.....	१६८
२३३.	मस्तिष्कको लागि पथ्यापथ्य.....	१६८
२३४.	मलेरिया (ज्वरो) मा.....	१६९
२३५.	मलेरिया ज्वर (विषम ज्वर) मा.....	१६९
२३६.	मद्यपान (रक्सी) खान छुटाउने उपाय..	१७१
२३७.	मिर्गी रोगमा.....	१७१

क्र.सं.	विषय	पृष्ठ
२३८.	मिर्गौलाको रोगमा.....	१७२
२३९.	मुखबाट रगत आउने रोगमा.....	१७२
२४०.	मुख नभएको पिलोमा.....	१७२
२४१.	मुख भित्रको खटिरा र गौजाबाट रगत आउनेमा.....	१७३
२४२.	मुख पात्रेरोगमा.....	१७३
२४३.	मुखको दाग हटाउन र अनुहार सुन्दर...	१७३
२४४.	बनाउनमा.....	१७३
२४५.	मुसानिस्किएकोमा.....	१७३
२४६.	मूत्र रोगमा.....	१७५
२४७.	मूत्रद्वारबाट रगत आउने रोग मा.....	१७७
२४८.	मूत्रनलीको पत्थरीमा.....	१७७
२४९.	मूत्राघात रोगमा.....	१७५
२५०.	मूत्र सफा गर्ने योग.....	१७६
२५१.	मूत्रकृच्छ रोगमा.....	१७४
२५२.	मूत्रकृच्छ रोग नाश गर्ने उपाय.....	१७५
२५३.	मोटोपन घटाउनमा.....	१७७
२५४.	मोटो शरीर भएकालाई पथ्यापथ्य.....	३०९
२५५.	मोतीविन्दु भएमा.....	१७७
२५६.	मोतियाविन्दुको औषधि.....	३८७
२५७.	मोतीविन्दुनाशक उपाय.....	३४९
२५८.	मोहीको मुण.....	१७८
२५९.	मौसमीज्वरो आएमा.....	१७८
२६०.	यौन रोगमा.....	१७८
२६१.	रक्तश्रावमा.....	१७९

क्र. सं.	विषय	पृष्ठ
२६२.	रक्तचापमा.....	१७९
२६३.	रक्तीको नशामा.....	१७९
२६४.	रक्सको गन्ध हटाउने उपाय.....	२९२
२६५.	रगतमासी परेमा.....	१८०
२६६.	रगतको विकारमा.....	१८०
२६७.	रक्तातिसारमा.....	१८१
२६८.	रगत आउँको औषधी.....	१८०
२६९.	रसदोषको औषधी.....	१८०
२७०.	रगत सफा गर्नेमा.....	१८१
२७१.	रगत बमनमा.....	१८२
२७२.	रगत, वायु विकार र कुष्ठ रोगमा.....	१८२
२७३.	रुघा लागेमा.....	१८४
२७४.	रुघा-सर्दीमा.....	१८२
२७५.	राती ओँखा न देखेमा.....	१८३
२७६.	राती ओछ्यानमा पिशाब गर्ने रोगमा.....	१८३
२७७.	रातो सेतो मिमिएको आँडमा.....	१८३
२७८.	राजयक्ष्मा (टी.बी.) को शंका.....	१८३
२७९.	राजयक्ष्मा (क्षयरोग) को औषधि.....	३९१/३९२
२८०.	लागुपदार्थले वेहोश भएमा.....	१८४
२८१.	लूताको औषधी.....	१८५
२८२.	लूताको लागि अन्य औषधि.....	१८६
२८३.	बवासीरमा.....	१८७
२८४.	बमननाशक उपाय.....	१८७
२८५.	वाक्वाकी (बमन) मा.....	१८८
२८६.	वात रोगमा.....	१८८

क्र.सं.	विषय	पृष्ठ
२८७.	वात-पित्तमा...	३३८
२८८.	वाय्वरोगमा...	३३९
२८९.	वातरोगनाशकतेल...	३३९
२९०.	वात र वायु बिकासको लागि...	३३२
२९१.	वाय्व सम्बन्धी रोगमा...	१८९
२९२.	वात-कफको औषधी...	१८८
२९३.	वायु गोलामा...	३३५
२९४.	वायु बढेर पेट ढाडिएकोमा...	१८९
२९५.	वान्ता गराउनमा...	१८९
२९६.	विषमज्वरो (टाइफाइड) मा...	१८९
२९७.	विषादि कीराले टोकेकोमा...	१९०
२९८.	विषादि जीवले टोकेकोमा...	१९०
२९९.	शरीर पुष्टि गर्नमा...	१९१
३००.	शरीर सुन्निएकोमा...	१९१
३०१.	शरीर दुर्गन्धित छ भन्ने...	१९२
३०२.	शिर पीडामा...	३३८
३०३.	शिर (टाउको) दुखेकोमा...	१९२
३०४.	शीतज्वरमा...	१९२
३०५.	शीत पित्तमा...	१९२
३०६.	शूलमा...	१९५
३०७.	सर्दीमा...	१९५
३०८.	सर्दीको ज्वरोमा...	१९६
३०९.	सर्वपीडाहर तेल...	१९६
३१०.	सर्वरोग निवारक नीमकल्प...	३५८
३११.	सन्निपातको औषधि...	१९६

क्र. सं.	विषय	पृष्ठ
३१२.	सर्पबाट बचाउमा.....	२०१
३१३.	सर्प आदि विषालु कीराबाट बच्न.....	१९६
३१४.	सर्पले टोकेमा जान्नु पर्ने कुराहरू.....	१९६
३१५.	सर्पविष चिकित्सा.....	३५३
३१६.	सर्पले टोकेकोमा केही औषधीहरू.....	१९८
३१७.	सर्पले टोकेर चेह्रो भएमा.....	२००
३१८.	सुकुलुतोमा.....	२०१
३१९.	सुखखा दादको लागि.....	२०१
३२०.	सुन्निने रोगमा.....	२०३
३२१.	सूतो कल्प.....	३५९
३२२.	सेतो आउँको औषधी.....	२०४
३२३.	सेतो र कालो दागमा.....	२०४
३२४.	सैन खटिरो भएमा.....	२०४
३२५.	संग्रहणीमा.....	२०५
३२६.	स्वरभेद-घाँटी बसेमा.....	३११
३२७.	हर्षो कल्प.....	६६२
३२८.	हाड भाँचिएमा.....	२११
३२९.	हात-पाउ जलन भएमा.....	२१३
३३०.	हात गोडा वा जोर्नी दुखेमा.....	२१३
३३१.	हिक्का रोगको औषधि.....	३८७
३३२.	हिक्कानाशक उपाय.....	२१३
३३३.	हिचकी र मूर्च्छा मा.....	२१४
३३४.	हिस्टेरिया एवं भृगीमा.....	३२९
३३५.	हृदयशूलनाशक उपाय.....	३३४
३३६.	हृदयको धडकनको औषधी.....	३६३

क्र. सं.	विषय	पृष्ठ
३३७.	हैजा (विसूचिका) मा.....	२१५
३३८.	हैजानाशक उपाय	२१६
३३९.	हैजाको औषधि.....	२१९
३४०.	हैजाको दवाई.....	३८८
३४१.	हैजाको प्यासमा.....	२१९
३४२.	हैजाको प्यास शान्तिमा.....	२१७
३४३.	हैजामा पेटको पीडा नाश.....	२१७
३४४.	हैजामा ज्वर नाश गर्नमा.....	२१८
३४५.	हैजामा हात गोडा फर्कनेमा.....	२१८
३४६.	हैजामा पिशाच हुने उपाय.....	२१८
३४७.	हैजामा हिक्का नाश गर्ने उपाय.....	२१८
३४८.	हैजामा अधिक पसिना नाश गर्ने उपाय..	२१९
३४९.	क्षयरोग (टी. बी.) मा.....	२२०
केही पुरुष रोगहरू		
३५०.	अण्डवृद्धिमा.....	२४५/२४७
३५१.	अण्डकोष बढेकोमा.....	३३७/४०२
३५२.	अण्डकोष चिलाउनेमा.....	२४८
३५३.	कामशक्ति बढाउनु परेमा.....	७७
३५४.	कामशक्ति घटाउनु परेमा.....	७७
३५५.	धातुपुष्टमा.....	११९
३५६.	नपुंसकतामा.....	१२१
३५७.	नपुंसकता अर्थात् नामर्दीको कारण.....	३९९
३५८.	पातलो वीर्य भएमा.....	१३४
३५९.	पुरुषत्व बढाउनमा.....	१३९

क्र. सं.	विषय	पृष्ठ
३६०.	बाजीकरणको औषधी.....	४०२
३६१.	मेथीको विचित्र लङ्घ.....	३९०
३६२.	रतिशक्ति बढाउने लङ्घ.....	३८९
३६३.	लिङ्ग शिथिलतामा.....	१८५
३६४.	लिङ्ग मोटो गराउने उपाय.....	१८४
३६५.	वीर्य पातलो भएमा.....	१९१
३६७.	शीघ्रपतनमा.....	१९२
३६८.	शीघ्रपतनमा केही प्राकृतिक उपायहरू...	१९४
३६९.	स्वप्नदोषमा.....	२०६
३७०.	स्तम्भनमा.....	
	केही स्त्रीरोगहरू	
३७१.	गर्भ तुहुने शंकामा.....	३२४
३७२.	गर्भ न रहेकोमा.....	३२४
३७३.	गर्भाशयको शुद्धिमा.....	३२४
३७४.	गर्भमा छोरो छ कि छोरी? भन्ने जात्रे उपाय.....	३२५
३७५.	गर्भावस्थाको बाक्बाकीमा.....	३२४
३७६.	गर्भ भित्रै भरेको बालक निकाल्नु परेमा.....	३२४
३७७.	गर्भ न रहनेको लागि.....	३१५
३७८.	गर्भ तुहाउनु परेमा.....	३१८
३७९.	प्रदरमा.....	३११
३८०.	प्रदरको औषधि.....	४०४
३८१.	पुत्रप्राप्तिको लागि.....	
३८२.	बाँझी स्त्री गर्भिणी हुने उपाय.....	३२६
३८३.	मासिकधर्म (रजस्वला) को कष्टमा.....	३२२

क्र. सं.	विषय	पृष्ठ
३८४.	मासिकधर्म हुँदा रगत धेरै आएमा.....	३२३
३८५.	मासिकधर्म सम्बन्धी रोगमा.....	३२१
३८६.	ऋतुशूलमा.....	३२३
३८७.	शीघ्र प्रसव हुने उपाय.....	३२५
३८८.	शुद्ध रजको पहिचान.....	४०३
३८९.	सुतिकारोगमा.....	३२७
३९०.	सुत्केरीको रोगमा.....	२०३
३९१.	सुत्केरीको तागत बढाउनमा.....	२०३
३९२.	सुत्केरीको दूध बढाउने औषधी.....	३२८
३९३.	सोम रोगमा.....	३१४/४०५
३९४.	स्त्रीको श्वेतप्रदरमा.....	२०७
३९५.	स्त्रीको छोप्रे व्यथामा.....	२०७
३९६.	स्त्रीको दूध कम आएमा.....	२०७
३९७.	स्त्रीको रज खोलु परेमा.....	२०८
३९८.	स्त्रीको महिनावारी हुँदा कष्ट भएमा.....	२०८
३९९.	स्त्रीको योनी पोलेमा.....	२०८
४००.	स्त्रीको रज ज्यादा भएमा.....	२०८
४०१.	स्त्रीको योनीबाट आइ निक्किएकोमा.....	२०८
४०२.	स्त्रीको स्तन साहारो गर्नु परेमा.....	२०६
४०३.	स्त्रीको योनी ठूलो गर्नु परेमा.....	२०८
४०४.	स्त्रीको योनी साधुरो गर्नु परेमा.....	२०९
४०५.	स्त्रीलाई संभोगमा शीघ्रस्खलन गराउनमा.....	
४०६.	स्त्रीको संभोग इच्छा बढाउनमा.....	२११
४०७.	स्वस्थ रहन को लागि भोजनमा षड्रसको आवश्यक.....	२१३
१.	मधुररस.....	२१४
	मधुरपदार्थ.....	२१५
२.	अमिलो रस.....	२१५
	अमिलो पदार्थ.....	२१५

क्र. सं.	विषय	पृष्ठ
३.	नुनिलो रस.....	२९५
	नुनिलो पदार्थ.....	२९६
४.	पीरो रस.....	२९६
	पीरो पदार्थ.....	२९६
५.	तोतो रस.....	२९६
	तोतो पदार्थ.....	२९६
६.	कषाय (टर्) रस.....	२९७
	कषाय पदार्थ.....	२९७
४०८.	प्रसिद्ध धान्यवर्गको गुण	
	चामल.....	२९७
	गहुँ.....	२९७
	भुगीको गुण.....	२९८
	मुसुराको दाल.....	२९८
	माषको दाल.....	२९८
४०९.	साग वर्ग	
	छौलाइका साग.....	२९९
	बेथे.....	२९९
	पालक (पालुंगो) को साग.....	२९९
	काउली.....	२९९
	मेथीको साग.....	२९९
	सिमलको फूलको तरकारी.....	३००
	परबरको तरकारी.....	३००
	मूलाको तरकारी.....	३००
	आलुको तरकारी.....	३००
	कौक्राको तरकारी.....	३०१
	बैगन (भेन्टा) को तरकारी.....	३०१
	प्याजको तरकारी.....	३०१
४१०.	दूधको सामान्य गुण	
	गाईको दूध.....	३०१

क्र. सं.	विषय	पृ.
४११.	भैंसीको दूध.....	३०२
	बाख्रीको दूध.....	३०२
	भेडीको दूध.....	३०२
	नारीको दूध.....	३०२
	खराब दूध.....	३०२
	घिउ.....	३०३
	गाईको दूधको नौनी.....	३०३
	भैंसीको दूधको नौनी.....	३०३
	दही.....	३०४
	मठ्ठा (मोही).....	३०४
	फल वर्ग	
	आँप.....	३०५
	जामुन.....	३०५
	अनार.....	३०५
	केरा.....	३०५
	स्याउ.....	३०६
	सुन्तला.....	३०६
	अंगुर र किसमिस.....	३०६
	खजुर.....	३०६
	नासपाती.....	३०७
	फालसा.....	३०७
	बेल.....	३०७
	ओखर.....	३०७
	गुड.....	३०७
४१२.	सख्खर या चिनी.....	३०८
	पथ्यापथ्य.....	
	पथ्य.....	३०८
	अपथ्य.....	३०८

क्र. सं.	विषय	पृष्ठ
४१३.	संयोग-विरुद्ध भोजन.....	३०९
४१४.	दैनिक प्रयोग हुनसक्रे केही औषधी र पदार्थहरू	
	मरीच.....	२५३
	ज्वानो.....	२५३
	धनियाँ.....	२५४
	सोंप.....	२५५
	मेथी.....	२५५
	जेठीमधु.....	२५६
	बेसार.....	२५७
	लसुन.....	२५७
	प्याज.....	२५८
	भाङ.....	२५८
	अस्वगन्धा.....	२५९
	इन्ड्रेणी.....	२६०
	अपामार्ग.....	२६१
	तामलमखाना.....	२६२
	घ्यूकुमारी.....	२६२
	शङ्खपुष्पी.....	२६३
	मौलसिरी.....	२६३
	डुम्री.....	२६४
	शिरीष.....	२६४
	रीठा.....	२६५
	पलाँश.....	२६५
	सिमल.....	२६६
	छतिवन.....	२६६
	केरा.....	२६७
	नखिल.....	२६७
	तरबूजा.....	२६८

क्र. सं.	विषय	पृष्ठ
	खरबूजा.....	२६८
	कॉक्रो.....	२६९
	सुपारी.....	२६९
	कुचिला.....	२७०
	पानी अमला.....	२७०
	अनार.....	२७१
	बदम.....	२७१
	कागती.....	२७२
	अमिली.....	२७२
	लौहभस्म.....	२७३
	फिटकिरी.....	२७४
	स्वाग (सुहाग).....	२७५
	गन्धक.....	२७५
	माष.....	२७५
	तिल.....	२७६
	कोदो.....	२७६
	बथुवा (बथे).....	२७७
	कुभिण्डो.....	२७७
	काकडी.....	२७८
	चिचिण्डा.....	२७८
	करेला.....	२७८
	परबर.....	२७९
	कुँडुर्नी (कुन्दुर).....	२७९
	मूला.....	२८०
	गाजर.....	२८०
	जिलेबी.....	२८१
	सर्वत.....	२८२
	मोही.....	२८२
	दूध.....	२८२
	गाईको दूध.....	२८२

क्र. सं.	विषय	पृ.
	भैंसीको दूध.....	२८३
	बाख्रीको दूध.....	२८३
	भेडीको दूध.....	२८३
	घोडीको दूध.....	२८३
	ऊँटको दूध.....	२८४
	ढोईको दूध.....	२८४
	स्त्रीको दूध.....	२८४
	धारोष्ण दूध.....	२८४
	दूधको तर.....	२८५
	दूध पिउने समय.....	२८५
	दही.....	२८५
	गाईको दही.....	२८६
	भैंसीको दही.....	२८६
	बाख्रीको दही.....	२८६
	चीनि मिलाएको.....	२८६
	गुड मिलाएको.....	२८६
	मोही.....	२८७
	नौनी.....	२८७
	घिउ.....	२८८
	गाईको घिउ.....	२८८
	भैंसीको घिउ.....	२८८
	बाख्रीको घिउ.....	२८८
	ऊँटीको घिउ.....	२८८
	भेडीको घिउ.....	२८९
	स्त्रीको घिउ.....	२८९
	घोडीको घिउ.....	२८९
	नयाँ घिउ.....	२८९
	पुरानो घिउ.....	२८९
	गोमूत्र.....	२९०
	तिलको तेल.....	२९०

क्र. सं.	विषय	पृष्ठ
	सस्युको तेल.....	२९०
	आलसको तेल.....	२९१
	अरेंठको तेल.....	२९
	मदिरा (रक्सी).....	२९१
	उँखु.....	२९२
	गुँड.....	२९२
३८२.	दैनिक प्रयोग हुने अन्य केही चीजहरूको नाम.....	४०७
३८३.	नेपाली र हिन्दी भाषाका प्रचलित केही औषधी-द्रव्य.....	४०८
३८४.	संस्कृत नेपाली भाषाका केही जडीबूटीहरूको नाम.....	४०८
	नाडी-विज्ञान	
३८५.	एक महिना भित्रमा गर्ने व्यक्तिको नाडीको लक्षण.....	२२२
३८६.	पञ्चदिनसम्म बाँच्ने सूचना दिने नाडीको लक्षण.....	२२२
३८७.	सात दिन भित्रमा गर्ने सूचना दिने नाडीको लक्षण.....	२२२
३८८.	चार दिनमा मृत्यु हुन्छ भनेर जनाउ दिने नाडीको लक्षण.....	२२३
३८९.	तीन दिन भित्रमा गर्ने भनेर जनाउ दिने नाडीको लक्षण.....	२२३
	दुई दिनमा मरण जनाउने नाडीको लक्षण.....	२२४
३९०.	एक दिनमा गर्ने व्यक्तिको नाडीको लक्षण.....	२२४
३९१.	मृत्युकालको नाडीको लक्षण.....	२२५
३९२.	कस्तो लक्षण भएका मानिस मृत्युमा प्राप्त हुन्छन्?.....	२२५

३९३.	मर्नलागेका मानिसलाई परिवारले	
	गर्नुपर्ने कर्तव्य.....	२३६
३९४.	कुन चीजसँग एक साथ वा उतिखेरै	
	खानुहुँदैन?.....	२४०
३९५.	केको अजीर्णमा के खाने?.....	३६४
३९६.	कुन रोगमा केको प्रयोग गर्ने?.....	२४४
३९७.	अर्कप्रधान-औषधी गुणहरू.....	३७०
४००.	अर्कप्रधान औषधिका मात्रा विचार र	
	प्रयोगविधि.....	३८५
३९९.	औषधी नाप तौल-परिमाण.....	३८५
३९८.	याद राखे काम लाग्ने कुराहरू.....	२४१
४०१.	मानिस किन दुब्लाउँछ?.....	४१०
४०२.	सन्दर्भ सूची.....	४१४
४०३.	प्राचीन हस्तलिखित कापीको	
	केही नमुना पत्रहरू.....	अन्तिममा
	परिशिष्टभाग	
४०४.	अपथ्य.....	४१५
४०५.	एउटा कुरा.....	४१८
४०६.	पथ्य.....	४१९
४०७.	पानी.....	४१९
४०८.	निद्रा.....	४२०
४०९.	चिन्ताग्रीमा न पोलिऔं.....	४२०
४१०.	बाल रोग (बाल बेधा).....	४२१
४११.	कसले के भन्छन्?.....	४२१
४१२.	विषालु.....	४२१
४१३.	औषधी विवेचना.....	४२१
४१४.	एउटा बित्ति.....	४२२
	ग्रन्थ समाप्ति	

ॐ

श्रीधन्वन्तरये नमः

आयुर्वेद सार दर्पण

“ठूलो आमय-जन्म मृत्यु हरने सत् नाम छाडीकन
लाग्यौँ भौतिक रोगनाशक जडीबूटीहरू खोजन ।
तिम्रो नाम, सुपथ्य औषधि मिले तापत्रयै नाशछन
हे दीनेश ! गरुस दीनहरूको कल्याण यो दर्पण ॥
मोक्षै हो परमोच्च लाभ सबमा आरोग्य नै कारण
रोगी दीन कसोरि मुक्त बननन् ? हे देव ! नारायण ! ।
छूटोस् आपद दीन रोगिहरूको मेरो छ यो धारणा
हेरी.....दर्पण यो जडीबुटि लिउन् सेवार्थ यो अर्पण ” ॥

अथ अजीर्णको उपाइ

साम् (सामरी) नून फलाप्या भाँडामा पकाउनु, पिउनु अजीर्ण
जा-अन्नरस जा ।

अथवा- चाभो, ज्वानु, रायो, नूनसँग मोलि गरी राखनु
(खानु) अजीर्ण जा, अन्नरस जा ।

अथवा पुरानाधान उसिनी पिउनु अन्नरस जा ।

अथवा- मूलाको बीउ खानु अन्नरस जा ।

अथवा तित्यापाती कुटी (थिचेर सोको रस) पिउनु अन्नरस
जा ।

अजैपाल खायाको उपाइ

मह, चुक एकत्र गरी खानु, अजैपाल खायाको निको हो ।

अथवा- चुकानि खानु अजैपाल खायाको निको हो ।

अथवा- बनसूप, गाईका दूधसँग खानु, अजैपाल खायाको निको हो ।

अरिङ्गालले चिल्याको^१ उपाइ

मरीच पिनी लाउनु निको हो ।

अथवा अदुवा लाउनु निको हो ।

अथवा- टिमुल पिसी लाउनु, अरिङ्गालले चिल्याको निको हो ।

अर्धकपालिको उपाइ

सूर्यमण्डलको फूलका बिजा मरीच घोटो शिर लेपन गर्नु अर्धकपालि निको हो ।

अथवा असुराको मट्टा, अढाई गेडा मरीच घोटो नस दिनु, अर्धकपालि निको हो ।

अथवा- जेठिमधु, पिपलजरि, खाँड, घिससँग (मिलाई) नस दिनु, अर्धकपालि जा ।

अन्धा खटिराको उपाइ

ढुंगो तातो गरी सेक्नु, अन्धो खटिरो जा ।

अथवा पुराना धानको भात गाईको दही हाली मुछ्नु, मनतातो गरी सात दिन सेक्नु राजखटिरो जा ।

१. चिल्याको = टोकेको ।

अथवा बाक्राको पित्त, मरीच घोटी लावनु, नस दिनु अचारि
खटिरो जा ।

अतिसारको उपाइ

गउँत मिसी दहीसँग खानु अतिसार जा ।

अथवा खिरका बिजा, खाँडसँग खानु बाल अतिसार जा ।

अथवा- खुर्सानी, जवानु, लवाङ्ग, जाइफल, मरीच, खाँडसँग
पिसी बिरालापद प्रमाण खानु, सबै अतिसार जा । रगत चुहुँदो रह ।

अष्टाङ्ग दुखनाको उपाइ

सिमलि, गाईका गउँत (मिसी) (आङ) मर्दन गर्नु, आङ
दुखन्या निको हो ।

अथवा काँचो लाहा, गोकुलधूप, मर खानु अष्टाङ्ग (दुखेको)
निको हो ।

आँखा चुहुन्या* को उपाइ

मह, पुनर्नवाको जरो घोटी लावनु, आँखा चुहुँदो निको हो ।

अथवा पुनर्नवाको जरो तेलसँग घोटी लावनु, आँखा चुहुँदो
निको हो ।

अथवा- (पुनर्नवाको जरो) पानीसँग घोटी लावनु निको हो* ।

१. आँखा चुहुँदुन्या भनेको ' आँखाबाट पानी आउनु ' त्यसै भनिएको हो ।

२. आज्येन पुष्पं मधुनाश्रुपातम्

तैलेन कण्डु तिभिरञ्जनेन (जलेन) ।

रात्र्यान्धकारं त्रिपयोभिधाय

पुनर्नवा नेत्र नवा करोति ॥

आँखा सुजन्याको उपाइ

पुनर्नवाको रस, अदुवाको रस, अफिम, तीनै थोक भिसी (सफा कपडामा छानी) लावनु, गर्मि गरी आँखा सुकाउनु निको हो ।

अथवा - लोत ? फिदकिरी, हलेदो, तीनै थोक एकत्र गरी पिसनु (सफा कपडामा छानी) लावनु, आँखा सुन्याको (सुन्निएको) जा ।

उपर्तलिको उपाइ

सिंधो (सिधेनून), धोसो (ध्वाँसो ?) बासि पानीसँग पिउनु उपर्तलि^१ रह ।

अथवा- कवल गेडा (कमलगडा) को गुद्दी, गोलकाँक्रिका विजा पिसी खानु, उपर्तली रह ।

अथवा कागुनाको सातु, श्रीखण्ड, पिपला पिसी महसँग खानु उपर्तली रह ।

अथवा- सिमलको बोक्रो पिसी पानीसँग खानु उपर्तली रह ।

अथवा काँचो हलेदो, जाइफल, अफिमसँग खानु उपर्तली रह ।

अथवा- कार्तिक, वैसाख, जेठ (को) ? हिङ्ग डाढा दिनु (दाँतको दारामा राख्नु), चुकानि खानु उपर्तली रह ।

अथवा- नरिवल घोट्टी पिउनु उपर्तली रह ।

अथवा- हरिणको सिङ्ग, सखर भिसी पानीसँग खानु वेगारी रह ।

अथवा- मइन (मैन) फल, पिसी तातापानीसँग खानु वेगारी रह ।

अथवा- जामुनाको बोक्रो बासी पानीसँग खानु वेगारी रह ।

१. उपर्तलि = औडाहा, छटपटी ।

अथवा मह, बोझो, तातापानीसँग पिउनु उखाल हो ।

उखालो थामिनाको उपाइ

हरिणको सिङ, केराउको सातु, मह, खाँड, घिउ, पानीमा च्याली पिउनु वेगारि रह ।

अथवा जामुनाको बोक्रो बासी पानीसँग खानु वेगारी रह ।

उँघाको उपाइ

आलै रक्त लावनु, उँघा निको होइ ।

अथवा भेडा, बाक्राको बसो लावनु उँघा निको हो ।

अथवा- चिलाउने काठको माटो लावनु उँघा निको हो ।

अथवा- पैर्जाको खोटो लावनु उँघा निको हो ।

उकुद (ज) को उपाइ

काला कमिलाको गोल्पो पोलनु, तिल तेल मिसी लावनु उकुद जा ।

अथवा केराको गोधो (गुदो) पोली करुवातेल (तोरीको तेल) सँग लावनु उकुद जा ।

औलो - ज्वराको उपाइ

गुर्जो १ (भाग), सुठो १ (भाग), उमाली पिउनु जरो जा ।

अथवा- अरैठको जरो (भाग) १, कठाई ? (कण्टकारी) को जरो (भाग) १, सुठो (भाग) १, गुर्जो, तिते इति (एति) उमाली खानु नित्य जरो जा ।

अथवा- हिङ्, गाईको घिउ, सौंघ पिसी नस दिनु नित्य जर्रो जा ।

अथवा- बाटुल्पात्या उमाली पिउनु नित्यजर्रो जा ।

अथवा- धनित्राँ, नागरमोथ्या, सुठो, कंटाई ? (कण्टकारी)
(यति एकत्र गरी पिसी खानु) पिउनु जर्रो जा ।

अथवा - अरेंठको जर्रो, बोझो, हरडा, सुठो यति सम गरी
उमाली पिउनु ज्वरो जा ।

कर्णशूलको उपाइ

सजिउन, तिल तेल पकाई लावनु कर्णशूल जा ।

अथवा- सिंधो (सिधेनून) बाक्रिका दूध पकाई कान घालनु;
कर्णशूल जा ।

अथवा- सुठो, हिङ्, टिमुर् पिसी लावनु कर्णशूल जा ।

अथवा विंविंराको रस, अमलाको रस, गोमूत्र गरी कान (मा)
घालनु, कर्णशूल जा ।

अथवा सुठो, देवारको तेल, बोझो, सिंधो (सिधेनून), कुट,
सहस्रमूलो, यानि ? (तत्काल ब्याएको) बाक्रिका दूधसँग पकाई
कान घालनु; लावनु कर्णशूल जा ।

कमलरोगको उपाइ

तालु पुछनु (कपाल काट्नु - फाल्नु), सिउँडीको दुध, सिन्दूर
शुचा सम गरी तालु घसनु, कमलरोग जा ।

१. घालनु भनेको 'हालनु' भनिएको हो ।

२. कमलपित्तसम्बन्धी रोगलाई 'कमलरोग' भनिएको होला । यस रोगमा
पछि गएर शरीर (हात, खुट्टा, निधार, आँखा आदि) सबै पहेँला हुन्छन् ।

कुपथको उपाइ

मासुको पथ गुड खानु ।
 खिरको पथ दही खानु ।
 दहीको पथ विरेनून खानु ।
 मकैको पथ नून अमिलो खानु ।
 नूनको पथ पानी खानु ।
 बटुकको पथ नून पानी खानु ।
 माछाको पथ हिङ सौचल खानु ।
 दूधको पथ खाँड खानु ।
 बासि खायाको पथ हरडा खानु ।
 अमिलाको पथ गहुँ पोली खानु ।
 रोटीको पथ पान खानु ।
 पिँडालुको पथ त्रिफला खानु ।
 गुँडको पथ दूध खानु ।
 सिखनीको पथ लवाङ्ग खानु ।
 खाँडको पथ मोही खानु ।
 मोहीको पथ हर्दि खानु ।

स्त्रीदोषको पथ जाइफल खानु, कपूर खानु ।

सपना (स्वप्नदोष) भया हरड, जाइफल, गाईका दूधसँग खानु ।

जाइफलको पथ भईजिरा खानु ।
 जिराको पथ बासिपानी पिउनु ।
 घिउको पथ अमिलो वा दूध, माँड खानु ।
 गाजरको पथ सिंधो (सिधेनून) खानु ।

उँभो (उल्लो) भया मुलाका बिजा खानु ।

कटहरको पथ घिउ वा दूध अथवा तातो पानी (जिया) पिउनु ।

कृष्टिको उपाइ

कालो सर्प मारनु, कोरा (जयाँ) हाँडीमा हाली पोलनु भस्म गर्नु, वराको तेलसँग भस्म लावनु कष्टि जा ।

अथवा- हलहल्याको जरो चुकसँग लावनु कुठि जा ।

केशको उपाइ

मालकागुनाका दाना पिसी कालिगाईको दूध पिसी ज्वानोसँग मथनु । नौनीसँग लावनु, दूध भात खान दिनु, स्याहा (कालो) केश हो ।

अथवा करुवा तेल, सापको बोसो एकत्र गरी सातदिन सूर्य
पाक गर्नु (घाममा सुकाई सो तेल खगाउनु) जोर्निका रडै झर्छ ।

खलहलाकोः उपाङ्ग

केराका गानाको पानी, जवानु, सिमलको खोटो, धजौंसाको
फल यति सम गरी खानु खलहलो जा ।

अथवा - गाईको घिउ, काँचो दूध, खाँडसित खानु, खलहलो जा ।

अथवा गोलगेडी (सतिगेडी ?) गेरु, पानी पकाई खानु खलहलो जा ।

अथवा गुराँसकों फूल, कवै ? का जरा, अँकरा पिंसी खानु,
खलहलो जा ।

१. रजोवर्ती एवं प्रसूती स्त्रीहरूको बढि रक्तश्राव हुँदाको उपाय ।

अथवा इन्द्रेणीको विजा, हलेदो, खयर, मुगिको सातु, कात्तिकी मह सम गरी पिसनु खानु, खलहलो रह ।

अथवा- अवला, पुनर्नवा, मोथ्या, महसँग खानु, खलहलो रह ।

अथवा- बाटुल्पात्या, चुत्राको छाला (बोक्रा), खयर, जेठिमधु, कात्तिकी मह, चौलानीसँग खानु खलहलो रह ।

खराको उपाइ

धनिजा, कस्तुरी, अमृसाको जरा, एकत्र गरी पिसनु, पियावनु खरो जा ।

अथवा कुभिण्डो उसिनी बाफ लिनु खरो जा ।

अथवा- सहरको पित्त, कस्तुरी, चिनी पियावनु; दोष खरो जा ।

अथवा जाइफल, कपूर सम गरी 'बरि' बाँधनु एक-एक गोली खानु, दोष खरो जा ।

खराजुडाको उपाइ

कपूर, कस्तुरी, अढाई गंठ^१ भरीच, सिस्नाको रस खानु, लावनु खरोजुडो^२ जा ।

अथवा- रायो भुटी हिङ्ग^३ मुसाई जिरा समेत चुकानि खानु खरजुडो जा ।

अथवा- धतुराको रस, आँक^४को रस, कैंडलको रस, करुवा (तोरीको) तेलसँग पकावनु, तेल मर्दन गर्नु खरजुडो जा ।

१. हुन त यसको शब्द शुद्धितर्फ हेर्ने हो भने 'षट्ज्वरो' भन्नुपर्ने हो, किन्तु गाउँ घरमा षट्जुरो, षट्जुडो, खरजुडो भन्दछन् । यो रोग बह्रदै जाँदा केही सृज हुन गएको पनि देखिन्छ ।

अथवा- जवानु, सुठो, खुदो तताई खानु जुडा निको हो ।

खजुराले खायाको उपाइ

बिच्छी मारी पिसी लावनु, खजुराले खायाको निको हो ।

अथवा- खजुरो मारी लावनु निको हो ।

खोइराको उपाइ

मरीच, शूचा, अँश्याली (अरेली) का रससँग लावनु खोइरो जा ।

अथवा- भाखा मिची लावनु खोइरो जा ।

अथवा- विविंराका जराको रसमा अफिम घोटी लावनु खोइरो जा ।

गडेरी खटिरोको उपाइ

सिधेनून, करुवा तेलसँग गुहामा लावनु; गडेरी खटिरो निको हो ।

अथवा- बाटुल्पात्या बुकुनि गरी घालनु गडेरी जा ।

अथवा महुर्मुत्तो ? गाईको धिसँग या करुवा (तोरीको) तेलसँग लावनु गडेरी जा ।

ग्रहकपटको^१ उपाइ

पहिले पहिले पखाल लिनु (दस्त गराउनु), खिराको दुध,^२ नून पिसी खानु कपट जा ।

अथवा- पोल्याका हरडा भाग १, काँचो हलेदो भाग १, पोल्याको

१. यसलाई वेगार (विकार) परेको पनि भन्ने चलन छ ।

२. खिरा, चितोको प्रयोग बडो सावधानीका साथ र १ २ थोपा मात्र प्रयोग गर्नुपर्दछ । नत्र पोल्ने डक्छ्ने हुन्छ । आँखामा परे फुद्न पनि सक्छ, यी त्रिवैला चीज हुन्, चितोको अपेक्षा खिरा अझ बिषालु हो ।

सुठो भाग १, काँचो सुठो भाग १ यति एकत्र गरी तिताजराका पानीसँग पियावनु कपट जा ।

अथवा- चिताको जरो गोमूत्रसँग पियावनु, कपट जा ।

अथवा- चून, भृंगिराज पिसी कागजमा बाँधी निबुका फेसमा ? घाली राति बाहिर राखनु, तब खानु, कपट जा ।

अथवा - हिङ भाग १, सेतो (फूल फुल्ने) बलु भाग १ खानु कपट जा ।

अथवा जब उखाल पखाल हो त चिसापानीले हात धुनु, विन्ध्या (विरे) नून, दही, भातसँग खानु, उखाल पखाल रह ।

गानाको उपाइ

छिउँकेझार, जवानु, सुठो, सौचल, चिताको जरा, सिमलीका जरा सम गरी (पिसी) खानु, गानु आव ।

अथवा- पिपलजरी, सिधेनून, जवानु, हरडा (हर्रो), सुठो सब चूर्ण गरी सम गर्नु, (तब कुटी छानी सो चूर्ण) तातो पानीसँग खानु, गानु थात आव ।

अथवा- चरिअमिलीको रस (सफा कपडामा छानी) स्त्रीका (भए) वाम आँखा, पुरुषको (भए) दाहिने आँखामा घालनु, गानु थात आव ।

अथवा- मैनफलको छाला (बोक्रा), आँपको अन्तर छाला (बोक्रा) कुटी (छानी) खानु, गानु थात आव ।

१. वेगारको औषधि खाँदा बढि दिशा-पखाला गइरह्यो भने विरेनून, दही भात आदि कब्जियत हुने चीज खानु भनिएको हो ।

गाँडको उपाइ

समुद्रफल, हलेदो, गाईका घिसँग लावनु गाँड सुक ।

अथवा अमलाको जरी, वाक्पति (वृहस्पति-तिष्य) नक्षत्रका दिन अक्षतापार्ताले पूजा गरी धूप हाली गलामा बाँधनु, गाँड सुक ।

अथवा गैंडाको मासु तोला १, सुठो तोला १, मरीच तोला २ मिसी पिउनु, २९ दिनसम्म खानु, पानी^१ न पिउनु, सेलाइकन निस्तै भात खानु, गाँड सुक ।

गुद^२ आउनाको उपाइ

सौंघ पिसी खानु, गाई घृत लावनु, धतुराको पातले सेकनु गुद निको हो ।

अथवा अरिंडको तेल, बाक्रिको दूध मिसनु, गुद (मा) लावनु, अरिंड (अरेंठ) को पातले पोको बाँधनु, गुद भित्र जा ।

अथवा - मुसाको मासु कुटनु, पोको बाँध्नु, गाई घिउले सेकनु गुद भित्र जा ।

गोडा फुटनाको उपाइ

तिल, नून, हर्दि, वेथेको खरानी, सर्सिउँ, नवनि (नौनी), धतुराका बिजा, बाक्रोको मूत (यी सबै एकत्र गरी नयाँ हाँडिमा हाली पकाउनु), पग (पाउ) घसनु, फाट्या पग (फुटेको गोडा) निको हो ।

१. पानी धेरै न पिउनु ।

२. गुद आउनु भनेको ज्यादै पखालार आवेँ जाँदा-जाँदा बल परी गुदद्वारबाट बेर्नु निस्कनुलाई भनिएको हुनुपर्छ ।

अथवा असुराको (मट्टा) चौधन (चन्दन गरी) तरवा (पैताला)
(वा फुटेको ठाउँमा) घसनु, फाट्या पग निको हो ।

अथवा- राधो, ज्वानु, गाईको दही, चकुंडसँग पिसी पग लावनु,
फाट्या पग निको हो ।

घाउ लाग्दाको उपाइ

जसकन घाउ लाग्यो, बहत रगत आवत, विष लाग मूच्छा
परत गाईको नवनी (नौनी), दूध खानु रगत थामिय^१ ।

अथवा फल्याको चावल अलुवा (भर्खर-नयाँ कुटेको चामल)
मुठि १, खयर भाग ३, दारिमको छाला (बोक्रा) भाग ३ पिसी
बस्त्र गलित^२ गरी थुकले मुछी घाउमा लावनु रगत रह ।

अथवा- (उपरोक्त औषधि) दिनमा ३ पटक तेलसँग लावनु
घाउ पुरिय ।

अथवा- सेतो बरुवा, भालुको बोसो, सिउँडीको दुध^३ मिसी
बासी गरी लावनु घाउ पुरिय ।

अथवा- अमला, मूत (गाईको ?) सँग लावनु, घाउ पुरिय ।

अथवा- सिमालीका पात, सापको रगत, मिसी लावनु, घाउ
पुरिय । चोकटा भया बहिराव (भित्र विकृत वा खाल्टो परेको भए
पानी पुरिन्छ भन्ने तात्पर्य हो) ।

अथवा- अरैडको जरो लावनु घाउ पुरिय ।

१. गाईको नौनी र दूध न पाइए पगालेको (भरसक ताजा) घिउ मात्र
भएपनि करीब ५ मुठी जति प्युनाले रगत थामिन्छ ।

२. यस पुस्तकको पूर्वखण्डमा 'वस्त्र गलित गर्नु' भनेको 'कपडाले छाप्नु'
भन्ने संझनुहोला ।

३. सिउँडी पनि छिर्रो भन्दा बढि विषालु हो ।

घाउ भित्रको तुस झरेन भने

तमा बाँसको आँखो घोटी लावनु, घाउ फुटी झर ।

अथवा- तिष्य नक्षत्रमा पैजाँको जरो - बीजमा घाली पाखुरामा बाँधनु, घाउ न लाग । लाग्या पनि घाउ न फुट ।

अथवा- साँपको बोसो, जरायाको मासि, गाई घिउ मर्दन गर्नु; घाउ पुरिय । हात गोडाको नसा बिग्रेको निको हो ।

अथवा- घोडाको टाप घोटी लावनु सोताका ? घाउ निको हो ।

अथवा- सुँगुरको बोसो लावनु सो पाकी निको हो ।

अथवा- लिंवागान पिसी लावनु सोलाको घाउ निको हो ।

अथवा- कनिकाकुहाको जगे मुकाई बुकुनी गरी तेल पोली लावनु, स्व (सो) बुकुनी घाउमा घालनु (हालनु) पुरिय ।

अथवा- खरायाको भुवा लावनु घाउ फुट्याको निको हो ।

अथवा- अरेंडका पातको बुकुनी छर्नु, घाउ पुरिय ।

अथवा- चन्चामिला (चरिआमली) को बुकुनी छर्नु घाउ पुरिय ।

घर पल्ट्याको उपाइ

दारिमको फल, सिमलको खोटो, जामुनाको बोक्रो, चौलानीसँग खानु घर पल्ट्याको निको हो ।

अथवा- बेलको पात, जाइका पात, दारिमको बोक्रो पिसी आङ चुप्रनु; घर पल्ट्याको निको हो ।

अथवा- करुवा तेल, जवानु, घिउ भात खानु, न्यानु गरी सुतनु, सुत्कारिको घर पल्ट्याको निको हो ।

१. घर पल्ट्याको - भण्डार फर्केको प्रायः (गाई) भैंसी ब्याउँदाका समय हुने गर्दछ ।

चटपटिको उपाइ

पिपला, हर्दि माथि हात पाव लावनु, शिरको चटपटी जा ।

अथवा सर्सिउँ पिसी बाक्रीका दूधसित भिजाई हात पाव लावनु,
शिरको चटपटी जा ।

अथवा- दही पैतालामा घस्नु; चटपटी जा ।

अथवा चुलाको माटो अष्टाङ्गमा लावनु निको हो ।

चाजाँको उपाइ

मुसली कुटी लेप गर्नु चाजाँ जा ।

अथवा इन्द्रेणीको जरो बाक्रीका दूधसँग लेप गर्नु चाजाँ जा ।

अथवा पुनर्नवाको जरो (को रस) भृङ्गीराजको रस लेप गर्नु
मुखको चाजाँ जा ।

चिति-मसानको उपाइ

बोझो घोटी लावनु चितिमसान जा ।

अथवा हलेदो घोटी लावनु चितिमसान जा ।

अथवा तामो, टिमुर घोटी लावनु चितिमसान जा ।

चिता (तो) प्रकरण

चितो भाग १, मरीच भाग १, पिपला भाग १, जवानु भाग १, सुठो भाग १, बोझो भाग १, बाटुल्यात्या भाग १, नागमोथ्या भाग १, भृङ्गीराज भाग १, हरिडा (हरी) भाग १, सिंधो (सिधेनून) भाग १, चति (यी सबै) सम गरी पिसनु, वस्त्र गलित गर्नु (छान्नु)

बिरालापद प्रमाण खानु, तातो पानी पिउनु मन्दाग्नी जा, वायुगुल्म जा, मंग्रहणी जा ।

(चितो) गाईका घ्यूसँग खानु पेटको शूल जा, स्त्रीदोष जा ।

गुडसँग खानु पित्त जा ।

महसँग खानु रक्तअतिसार जा ।

चुत्राका रससित खानु औलो ज्वरो जा ।

भलाया^१ सँग खानु जलग्रह जा ।

छिन्नदाको उपाइ

जबानु, अकर (रक्त) रा, धजराको फूल सम गरी पिसनु, गाईका दहीसँग खानु छिन्या निको हो ।

जलग्रहको उपाइ

(लक्षण) - पेटभित्र पानी, गडबडा मुख, हातगोडा शूल, मुख सुक, हिँड्न नसक, अन्न नरुच, पेट बढ । ऐसो चिन्ह हो त जलग्रह जानु (जानु) ।

(यसको उपाय) कालासापका भस्म भाग ४, मनसिला भाग २, त्रिकुटा भाग ८, चितो भाग ३, तिडसा भाग २, त्रिफला भाग २, अजैपाल भाग २, टिपुर भाग १, यति सबै चूर्ण गरी एकत्र गर्नु, जयन्तीको रस पुट ७, सिउँडीको रस पुट ७, भृंगीराज रस पुट ७, अरिडको रस पुट ७ जब सुक तब चूर्ण गर्नु, मासा ४ खानु, जब पखाला लाब बहुत हो, तब दही भात खान दिनु, चिसो पानी पिउन न दिनु, पखाला रह, जलग्रह जा ।

१. 'भलायो' एक प्रकारको विष जस्तै हो । कसै कसैलाई उच्छृने पाकने गरी ज्यादै दुःख दिन्छ ।

जनै खटिराको उपाइ

चमेलीका पात नवनी (नौनी) मिसी त्वावनु, जनेउ खटिरा निको हो ।

अथवा - माहुर, मूलासँग लावनु; जनेउ खटिरा निको हो ।

ज्वराको उपाइ

पिपला, कालो जीरा, मेथी, कालो तिल, भलायो सम गरी मिसी कुटनु, महले गोली बाँधनु, तातो पानीसँग खानु तिजरो जा ।

अथवा वासक (असुरो) भाग १, बाटुल्पात्रा भाग १, छतिवन^१ को बोक्रो भाग १, यी सब मिसी चूर्ण गर्नु, चुवा ? का पातका पानी रस घाली बरी बाँधनु । आइत, मंगलवार पारी गोली खानु । दही, भात खानु, तिजरो जा, चौथो ज्वरो जा ।

अथवा- वैर (बयर) को जरो साँझ जाई (गई) मन्त्री (निमन्त्रण गरी) आउनु, प्रातः गई ल्यावनु, गला बाँधनु, केराका पातको टुप्पो समेत बाँधनु, सबै ज्वरो, काँसा ज्वरो, काम ज्वरो, सबै ज्वरो जा ।

झाँलाको उपाइ

काँचो हल्लेदो, मरीच, धनिजाँ यी सब एकत्र गरी पिसनु, काला उँखुको खुदोसित तातो गरी पिठनु, झाँला जा ।

अथवा- लाटोकोसेरोको बोसो मास २, अरैठको तेल तोला २ दुवै मिसी ततावनु, त्यसैले मर्दन गर्नु, अरैठको पात तातो गरी कपाल सेक्नु, झाँला जा ।

१. छतिवन गर्भवती महिलाहरूलाई दिनु हुँदैन, गर्भ तुहाउन सक्छ ।

शूनिलोको उपाइ

कटहरको गुदी लावन थुनिलो जा ।

(अथवा इन्द्राणीको जरो घोटेर लावन शुनिलो निको हो) ।

दन्तपीडाको उपाइ

रातोगेडीको जसो कान बाँधनु दन्कनु जा ।

अथवा- खयर, जाइका पात, ल्वाङ, कपूर, अवलाको पात मिसी दाँत घालनु, दन्तपीडा जा । सबै दन्कनु जा ।

अथवा नागबेलीको पात, जाइको पात, मिसी चबाउनु, हलैंदा दाँत निको हो ।

अथवा सिस्नाको जरो मंगलवारका दिन कान बाँधनु; दन्कनु जा ।

दग्धिको उपाइ

दही, कालो उँख्को खुदो, अदुवा, चुकसँग खानु दग्धि जा ।

अथवा- चुक, मरीच, खुदो खानू दग्धि जा ।

अथवा- चुक, अदुवा, गाईको दहीसँग धनिजाँ हाली खानु
दग्धि जा ।

दिवस तारा देखिनाको उपाइ

अगस्ति फूलको रस अञ्जन गर्नु, दिवस तारा (देखिन्छन्?) ।

देउकाँढाकोः उपाइ

सत्तिसाल घोट्टी पिठन् देउकाँढा जा ।

१. देउकाँढा : देवबाण वायूबाण अर्थात् बाण परेको ।

अथवा- वडविहि निस्तापेट खानु देउकाँढा जा ।

अथवा- हिङ घोटी पिउनु देउकाँढा जा ।

अथवा- अढाइ गेडा भर्सच्च, धतुराको रस (२ ३ थोपा) सँग खानु देउकाँढो जा । वह निको हो ।

धातुको उपाइ

जाइफल तोला १, ल्वाङ तोला १ जाइका पात तोला १, अर्करा (अकरकरा ?) तोला १ पिपला तोला १, कस्तुरी तोला १ यति मिस्री पानका रससँग घाली ७० वटा गोली बाँधी एक साँझ, एक बिहान खानु २१ दिन खानु, स्त्री छाड्नु, भिण्डो? (कुभिण्डो ?) नखानु, बयालो कुरा न खानु, अमिलो, पीरो न खानु देह पुष्ट होइ ।

अथवा- केशरी दोकरा १, जाइफल दोकरा १, ल्वाङ दोकरा १, कस्तुरी तोला १, यी चार थोक एकै-एकै (एकलै-भिन्न-भिन्न) पिसनु, मधुसँग गोली बाँध्नु, प्रभाति दूधसँग खानु, देह पुष्ट होइ ।

अथवा- मान्याको ताबो^१, ल्वाङ, जाइफल, मरीच, ज्वानु, विजया (भाङ), शूचा, काफलको बोक्रो एकत्र गरी पिसनु, मधुले केराउ प्रमाण गोली बाँध्नु, एक बिहान एक साँझ खानु धातु पुष्ट हो, थंवन (स्तम्भन) हो, देहि लाल हो । भोक लाग, पेट बाढ्नु निको हो; सर्वव्याधि जा ।

नशाको उपाइ

पिरो बकाइनाको रस दिन ७ खानु, काला नशा सेता हो ।

१. भिण्डो भनेको - कुभिण्डो भनिएको हो वा भेण्डी (भेंडेरी) लाई भन्नखोजेको हो; हामीले थाहा पाउन सकिएन ?

२. मन्याको ताँबो भन्नाले 'ताम्र भम' लाई भनिएको हो । आयुर्वेद औषधालयहरूमा पाइन्छ ।

अथवा - लोहो ? (सत) निकालिदिनु, नशा निको हो ।

निरन्द^१ को उपाइ

सौचल भाग १, सिंधो (सिधेनून) भाग १, पिसी मलद्वार घसनु,
पेठ निरन्दन जा ।

अथवा- अवला, सुठो, मह खानु निरन्दन जा ।

अथवा- अरेंडको तेल पियावनु निरन्दन जा ।

नेत्ररोगको उपाइ

माखाको विष्टि, घरको ध्वाँसो, सिन्दूर, गाईको घिउ काँसाका
भाँडामा खल गर्नु, घसनु, आँखा पट लावनु ।

अथवा - सुठो, सिंधो (सिधेनून) उसिनी खल गर्नु, आँखा अञ्जन
गर्नु, आँखाको खोइरो जा ।

अथवा- जेठिमधु, बाक्रीका बकौला घोटी आँखा अञ्जन गर्नु,
आँखा डहँदो निको हो ।

अथवा- त्रिफला, भुंगीराज, अरेंडको डाँकलो ? (डाँठ) भित्र
हालनु, खाप्पा ? घोटनु, दाग लाग्याको पुछ घरेला लावनु; वभनि
निको हो ।

पखाल थामनाको उपाइ

निलाकवै, स्त्रीको दूध, मे (मि) हलको^२ रस घाली पिसनु, खानु
पखाला रह ।

१. निरन्दर (निरञ्जन) भनेको दिशा-पिशाब रोकिने हो ॥

२. मिहल = नासपाती जस्तै पात हुन्छ, बोटमा काँढा हुन्छ, यसैलाई जंगली
नासपाती पनि भन्दछन् ।

अथवा डर्द्धवा ? कालो गरी धनिजाँ खानु; पखालो रह ।

अथवा- बाख्रीका दूध, कैँडलको छाला (बोक्रा) को रस पिउनु पखालो रह ।

अथवा कैँदल (कैँडल) को बोक्राको रस, साधनको बोक्राको रस मोहीसँग खानु पखाला रह ।

अथवा हरडा, मरीच, खयर, (एकत्र मिलाई चूर्ण गरी) गुड (मिलाउनु, अनि) नौनीसँग खानु पखाला रह ।

अथवा- सिमलको बोक्रो कपडछान गरी महसँग खानु; पखाला रह ।

पारो खायाको उपाइ

शउ (सौर-संगुरको) फूल, सयेल (छायाँमा) सुकाउनु, पिसनु, वस्त्र गलित गर्नु (छान्नु), पुराना गाईका घिसँग साता दिन खानु, 'भाँडामा पिशाव गर्नु ?' सर्व पारो झर ।

अथवा- पारो भाग १, नीम भाग १, निवुको रस काँसाको भाँडामा खल गर्नु मर्दन गर्नु साता १ मूतबाट पारो झर ।

प्यास (बढि तिर्खा लागि रहेमा) को उपाइ

अढाई गेडा मरीच, किम्बुको बोक्रा, अदुवाको रस, काँचो हलेदो, तिते समगरी पिसनु, जिभ्रामा घसनु, तिर्खा जा ।

अथवा- गुर्जाको रस तातो गरी, मरीच पिसी हालनु प्यास जा ।

अथवा- त्रिफला, मह, भुंगोराज खानु तिर्खा जा ।

अथवा- त्वाङ्ग, जाइफल, मोथ्या (मोथे) का जरा चिसोपानीसँग खानु तिर्खा जा ।

अथवा- खमारीका फल, खाँड हाली खानु तिर्खा जा ।

अथवा भाटाको भाँडाको पानी तोला १, गुड तोला २ उमालनु,
मुख मुदि ? राख्नु, जब तात तब बाफ लिनु; तिर्खा जा ।

पेट फुल्याको उपाइ

सुहाग भाग ५, हिङ्ग भाग १ फुराउनु, पिउनु निको हो ।

अथवा जवानु, नून उमाली पिउनु पेटफुल्याको निको हो ।

अथवा सुठो, सिंधो (सिधेनून) मरीच, ज्वानु, हरडा पिसी
अमला प्रमाण खानु, ताता पानीसँग पिउनु पाच हो ।

पित्तको उपाइ

पुरानु शुचा, ल्वाङ्ग, धनिजाँ, गुडसित खानु पित्त जा ।

अथवा बाटुत्पात्वा तातो गरी पिउनु पित्त जा ।

अथवा बोझो घोटो लावनु (खानु) पित्त जा ।

पिनासको उपाइ

भटकटार्यौ, पिपला, बोझो, खयर, सुठो, मरीच, सिंधो (सिधेनून)
सम गरी तेलसँग पकाउनु, सो तेल नस दिनु पिनास जा ।

अथवा- त्रिफला पिसनु, नस दिनु, कोही मोहीसँग खानु निन्याई
जा ।

अथवा मरीच, सुठो, मगरकाँजिका रससँग खानु निन्याई जा ।

अथवा- अज्यैपाल भाग १, खयर भाग १, भैंसी नौनीसित लेप
गर्नु पिनास जा ।

अथवा काफल को बोक्रो भाग १, खयर भाग १, अजैपाल
भाग १, पिसी भैंसीका नौनीसँग लावनु पिनास जा ।

अथवा- भलायो, अजैपाल, कुट, नीम, राजवृक्षको गुदी समगरी पिसनु, भैंसीका नौनीसँग लावनु पिनास जा ।

पेट दुखनाको उपाइ

लवाङ्ग भाग १, जाइफल भाग १, विजया (भाङ्ग) भाग १, स्वाग (सुहाग) भाग १, दारिमको बोक्रो भाग १, यति पिसी गाली बाँधनु, एकसाँझ एक बिहान खानु, (पेट) दुःख निको हो ।

अथवा - न अमित्या (न अमिलीएको) दरी, अननीका चिउरा खानु, दुःख निको हो ।

अथवा - जिरो तोला २, आधा पोली, आधा काँचो, गाईका दहीसँग खानु पेट दुःख निको हो ।

अथवा- जाइफल, हरडा, लवाङ्ग, शुचा पिसी खानु रक्त मासि जा ।

अथवा- विरौ (विमिरा) का दाना खानु पेट दुख निको हो ।

पेटका जुकाको उपाइ

नून, चुक, वासी पानीले गेटो पकाई खानु, सब जुका मर ।

अथवा- हरडा (हरौ), गोबर, पकाउनु, सुहाग फुराई हालनु, सम गरी पिसनु, गुडसँग खानु, तातो पानी पिउनु, बालकी कीरा झर ।

अथवा- कौडो पोलनु, सुहाग हालनु, हिंड, पिपला, मरीच, विरेनून, ज्वानु, एकत्र गरी कोरा (हरियो - काँचो) बाँसमा पकाउनु, एकत्र गरी कोरा (हरियो - काँचो) बाँसमा पकाउनु, धतुराको रस थोपा २ हालनु, सर्व शूल जा ।

पैठानी^१ को उपाइ

काला तील, भलायो, दुवै सम गरी खानु, पैठानी निको हो ।

अथवा- (खैसाँझ खानु ?) गंधक, सुपारी, जाइफल, निलोतुथो एकत्र गरी गाईको घिउसँग लावनु पैठानी निको हो ।

अथवा- धनिजाँ, अलैंची, तेजपात, भृंगीराज, डुम्रीको फल, गाईको घिउ एकमुठी खानु, पैठानी थाक ।

फियाको उपाइ

पत्तकवारी (च्यूकुमारी) को गुदी, सिंधो (सिधेनून) नौनीसित खानु फियो जा ।

अथवा- पलाँशका पात २, बाख्रीका दहीसँग पकाउनु; १ पिपला, महसँग खानु फियो जा ।

अथवा- दारिमको छाला (बोक्रा), नीमको पात, आव (आँप) को पातको भस्म एकत्र गरी पिसनु, पेट लेपन दिन ३ गर्नु फियो जा ।

अथवा- पिपला, बाख्रीका मूतमा पकावनु, पेट लेपन गर्नु फियो जा ।

अथवा बकाइनाको पात, सामरी (राजस्थानी) नून सेर १, गुडसँग नयाँ हाँडीमा घाली पकावनु, ३ वर्ष (पुरानो) गुड, देउवा? भाग १, सुवांग भाग तोला १ यति सब मिलाई दिन १४ रोज खानु फियो जा ।

१. पैठानी = पाठन-सुजाक ।

फूलाको उपाइ

कौडो, चुक पकावनु, कौडो पोली खरानी गराउनु, नौनीसँग अङ्गन गर्नु फूलो जा ।

अथवा- खरिका विजाँ, अढाई गेडा मरीच घोटी लावनु, बादल फूलो जा ।

अथवा शंखचूर, मनशिला, सिंधो (सिधेनू), भृंगीराजको रस हाली खल गर्नु, आँखा अङ्गन गर्नु फूलो जा ।

अथवा कालो हलेदो, हरिताल^१, अदुवाको रस, सिंधो यति सम गरी मिलाउनु, गउँतसँग लावनु, दिन्याई जा ।

अथवा चन्धामिलाको रस लावनु फूलो जा ।

अथवा- घोट्याप्रा (घोल्टाप्रे - ब्राह्मीझार) को जर्रो, बूढा सिउँडीको दुधसँग लावनु, दिन ७ मा दिन्याई जा ।

अथवा- हलहल्याको जर्रो घोटी लावनु, घाममा सुकाउनु दिन्याई जा ।

(आँखामा लगाउने यी घरेलु औषधीहरू सफा कपडामा छानेर र होशीयारीपूर्वक मात्र प्रयोग गर्नु) ।

बघ्रौँझारनाको उपाइ^२

भिण्डाको^३ जर्रो पोली घा (उ) मा लावनु, बघ्रौँ जा ।

१. हरिताल विष हो, यसलाई संशोधन गरेर मात्र प्रयोगमा ल्याउनु पर्दछ । आयुर्वेद औषधालयहरूमा संशोधित गरेको पनि पाइन्छ ।

२. बघ्रौँ भनेको बाघे खटिरालाई भनिएको होला?

३. भिण्डो भन्नाले कुभिण्डो भनिएको हो वा भेण्डीलाई संकेत गरिएको हो? हामीले बुझ्न सकेनौँ ।

अथवा - खरायाको लिँडी पिसी लावनु बघौं जा ।

बहिराको उपाइ

नगबोझो, कुचिला, नृबिषी, बाख्रीका भूतसँग पिनी (सातो १ बोली १ ?) कान घाली सुत्नु, बहिरो कान सुन ।

अथवा - सिउँडीको दुध र गोघृत कान घालनु, कान सुन^२ ।

अथवा - माछाको पित्त काँसाका भाँडामा खल गर्नु, कान घालनु, दुख्तो कान निको हो ।

अथवा - भुंगीराज मिची (छानी) (सो रस) कान घालनु चर्कदो कान निको हो ।

अथवा - मुसली, सिंधो (सिधेनून), पिपला एकत्र गरी कान घालनु (हालनु) बहिरो कान सुन ।

अथवा - माहुर (मेंहदी ?) निचोरी कान घालनु, पाक्यो कान निको हो ।

अथवा - खमारीको रस कान घालनु, पाक्यो कान निको हो ।

बाँझि स्त्री गर्भिणी हुने उपाय

आँपको छाला (बोक्रा) पैसा (भाग) ४, बडहरको छाला (बोक्रा) पैसा ४, बथरको छाला (बोक्रा) पैसा ४, जामुनाको छाला (बोक्रा) पैसा ४, भदव (भदौ) को हराँ पैसा ६, कटभ्रया ? (पैसा ४), पक्का खयर तोला १, पलाँशा (पलाँश) को फूल तोला १, चंडिमालती तोला १, छोटिमाई तोला १, कहँ (ण) ला ? (काहुलो)

३. छोरी पाएको स्त्रीको दूध कानमा ३-४ थोपा राख्नाले कान दुखेको निको हुन्छ- (औ. घू. च.) ।

तोला १, पलौशा (श) को छाला (बोक्रा) तोला १, दाखको छाला (बोक्रा) १ फूल तोला २, सब मिसी कुटनु, साँदी खानु बाँझी स्त्रीले पुत्र पाव सत्यः^१ ।

बाटुल्पात्या प्रकरणम्

बाटुल्पात्या, घिउ खानु पित्त जा ।
 बाटुल्पात्या, अविजालो खानु शून्य जा ।
 बाटुल्पात्या, घिउ खानु शिरको ब्यथा था ।
 बाटुल्पात तातो गरी खानु पित्तरोग जा ।
 बाटुल्पात, दही खानु कवल रोग (कमलपित्त.) जा ।
 बाटुल्पात, मह खानु अतिसार जा ।
 बाटुल्पात, मोही खानु अतिसार जा ।
 बाटुल्पात, पिपला खानु स्वर आव ।
 बाटुल्पात, त्रिफला खानु काँसो उब्सा सो जा ।
 बाटुल्पात, सिमली खानु चाउथो जा ।
 बाटुल्पात, पालुवा खानु खराई जा ।
 बाटुल्पात, गुर्जो खानु औलो जा ।
 अथवा- बाटुल्पात बोझो खानु औलो जा ।

१. सन्तान हुनु अरू पनि केही कारणहरू छन् । गाउँ घरमा प्रायशः स्त्रीहरूलाई नै दोष दिने गरिन्छ । अतः यो पुरुषमा पनि कमजोरी हुनसक्दछ । वीर्य नहुनु, वीर्य भए पनि शुक्राणु नहुनु आदि धेरै कारणहरू छन् । त्यसैले दुवै स्त्री पुरुषको परीक्षण हुनु आवश्यक छ । यद्यपि यस्ता परीक्षण गर्ने उपायहरू आयुर्वेदग्रन्थहरूमा प्रशस्त पाइन्छन् र यस पुस्तकको अर्को (दोस्रो) भागमा पनि सो विषय समावेश गरिने छ- सम्पादक ।

बाघे खटिराको उपाइ

बाघिनीको दूध पिउनु बाघ्या निको हो ।

बौलाहा कुकुरले टोकेको उपाइ

(बौलाहा) कुकुरले खायाको ठाउँमा (घाउमा) पिंडालु कुटी (थिचेर) लावनु, खायाको निको हो ।

अथवा- कागचुसाका मुन्टा ७, अतर्छालो?, कुरिलाका जरा एकत्र गरी कुट्नु, निस्तै भातसँग खानदिनु, बौलाया कुकुरले खायाको निको हो ।

भस्मेसोर मिलाउनाको उपाइ

सिउँडीका मन्टा, मह, विन्यानून भरि हाँडी हाली पकाउनु, तब भस्म गरी पोल्नु, सो भस्म भाग १, मरीच (भाग) २, गुडभाग १, हिङ्ग भाग १ यति एकत्र गरी पिसनु, बिरालापद प्रमाण गर्नु, फियो जा, काँसो उब्जा सो जा, वायुरोग जा । क्षेत्ररोग जा । अजीर्ण जा ।

भृंगीको उपाइ

हरडा (हरौं) को रस, अवलाको रस, भैंसीका दहीसँग च्याली तावाँका भाँडामा राखनु, जब सुक तब खुर्कीकन खटिरो धोई घा (ठ) मा लावनु भृंगी थाक^१ ।

अथवा- निलोतुथो, कुचिला, खयर काँसाभाँडामा राखनु, सूर्यपाक गर्नु, लावनु भृंगी निको होई ।

१. भृंगीराजको रस मात्र लगाए पनि भृंगीरोग निको हुन्छ ।

अथवा- चरुवाल, भेडी घिउ, जाइका पात पोली लावनु; भृंगी निको होइ ।

भृंगीराज कल्प

भृंगीराज, भलायो खानु, कुष्ठरोग जा ।
 भृंगीराज, हरडा खानु जलोदर (जलग्रह) जा ।
 भृंगीराज, मह खानु, अतिसार जा ।
 भृंगीराज, तिल खानु कवलरोग (कमलपित्त) जा ।
 भृंगीराज, कुटकी खानु; औलो जा ।
 भृंगीराज, त्रिफला खानु शिरव्यथा जा ।
 भृंगीराजको जरो कान बाँधनु; दन्कुनु जा ।
 भृंगीराज, दाख खानु, गानु आव ।
 भृंगीराज, चितो खानु मन्दाग्नी जा ।
 भृंगीराज निर्गुण्डी खानु औलो^२ जा ।

मखाइको उपाइ

अढाई (गेडा) मरीच, मोराग्या ? रुद्रक्ष घोटो पिउनु, जिभ्रामा लावनु, मखाइ निको हो ।

अथवा- गोलकाँक्रीका विजाँ, जिरा, दहीगाल्य (दङ्गालो-दयारो) को जरो लावनु मखाइ निको हो ।

माडको उपाइ

२. यो रोगमा मासको दाल, गुलियो, तामा, भेन्टा, माछा, मासु सेवन अहितकर हुन्छ ।

पहिले पत्ता ? दिनु, काय साधनु, मालकागुनका दाना १२
खुदाका दाना? नित्य दिन ४० दिनसम्म खानु, शरीर बल हो ।
पुष्टकारी हो । ज्योति देख । आङ्क कष्ट जा । चौरासी रोग जा ।
उखाला पखा भयापछि सुगन्ध चढाउनु, तब देवताको पूजा गर्नु,
तब मालाकागुनका २ (पटक) मंत्री (मन्त्रना गरी) खानु, ४० दिन
लगित (लगातार) खानु, मूर्ख भथाको पण्डित हो ।

माक्राले छेरेको उपाइ

मरीच घोट्टी लावनु, माक्राले छेरेको निको हो ।

अथवा खुरासानी लावनु निको हो ।

अथवा - पिपला घोट्टी लावनु माक्राले छेरेको निको हो ।

मुसा भगाउनुया उपाइ

तिल, चुक, बिरालाकी विष्ठी, हरिताल, बाख्रीको मूत, यति
मिसी जिउँता मुसाकन चुप्रनु र छोडिदिनु मुसा न लाग, घर छोडी
सबै मुसा भागनन् ।

मुसली प्रकरण

मुसली १, मरीच १, पिपला १ खानु, सो रस पिउनु आँखा दहँदो
निको हो ।

मुसली, भुंगीराज खानु हर्षा जा ।

मुसली, ज्वानु खानु वायु जा ।

१. मूल कापिमा यस शीर्षकमा मन्त्रको पनि उल्लेख गरिएको छ, तर
आजकल मन्त्रतन्त्रमा विश्वास घट्दै गएकोले उपहास होइने हुनाले
यहाँ सो मन्त्र राखिएन ।

मुसली, मोही खानु पेटका जुका जा ।
 मुसली, भाँगो ? (भाङ्ग) खानु सर्वशूल जा ।
 मुसली, निर्गुण्डीका रससँग खानु शरीर पुष्ट हो
 मुसली, चितो कान घालनु पाक्यो कान निको हो ।
 मुसली गउँतसित पकाउनु, चौलानीसँग खानु नित्य ज्वरो जा ।
 मुसली गउँतसँग खानु, औलो जा ।
 मुसली खाँड खानु प्रमेह जा ।
 मुसली, मह खानु तिजरो जा ।
 मुसली, मोही (गाईको) खानु, स्त्री पुत्र पाव ।
 मुसली गउँतसँग खानु नित्य जरो जा ।

मुख गनाउन्याको उपाइ

पुनर्नवा भाग १, अपामार्ग भाग १, अरेंड भाग १, जराइति?
 भाग १, यति सम गरी मुख (कुल्ला) गर्नु; मुख गन्ध जा ।

अथवा - केशरी, तेजिका पात, दाख, भृंगीराज, गाईको घिउ
 मिसि पिसनु, बुकुनी गराउनु, बिहान खानु, मुख गन्ध जा ।

अथवा - हर्दि, दाल, हरडा, कुट, मोथ्या, मरीच, नीमको पात
 बुकुनी गरी गाईघृतसँग खानु सुगन्धी हो ।

मेहराको उपाइ

फूलो पल्ट्याको (फुल्दै रहेको) काउछाको जरो, आँकको जरो
 पिसी ' भग ' भित्र हालनु, स्त्रीको फूलो निको हो ।

अथवा धजँराको फूल, आँकको जरो, ज्यामिराको रससँग
 पिसनु, गाईका दूधसँग पिउनु फूलो निको हो ।

अथवा केशरी, कपूर, खुन्यानीको जरो सिमलको जरो सम
 गरी पिनी गाईका दूधसँग पिउनु स्त्रीको फूलो जा ।

मोचको उपाइ

सिस्नाका मन्टा ७, जरा ७, असुराका मन्टा ७, जरा ७ पिसी वस्त्र गलित गर्नु (छात्रु), दहिला भित्र - बाहिरो ? (बाहिर) गोडो गरी पियावनु मोच जा ।

अथवा- बालख जीव ५ महिना (गर्भ) हुँदा वखध (औषधी) गर्नु, पुरुष स्त्री दुवै जनाले खानु; मोच जा ।

मोहनीको उपाइ

शंखमुखी, अधोमुखी, लजालु, गिरिकर्णिका, गोलोचन समायुक्त तिलक (बराबर मात्रा लिई पिसनु र रविवारका दिन पारी तिलक लगाउनु) जग मोहनी ।

अथवा- दाहिना आँठाको तरवारको चक्र छाला लघुकरत माझको थोपी ? चून, जाइफल भाग १, अलैंची भाग १, अकरा (अकरकरा) भाग १, सेतो जीरा भाग १, मह, खाँड, घृत एकत्र गरी पिसनु, अमला प्रमाण खानु, चन्द्र सूर्यको ज्योती हो । थोडाको झैं वेग हो । खूब बल हो । क्षियाको (क्षय भएको) आयु पुष्ट हो, दिव्यज्योति हो ।

फल- बात, पित्त, सर्वबाधा हर्ष । जाइ सर्व गुण अंभ? करै ।

राँगकल्प प्रकरण

राग^१ कपूर खानु मुख गन्ध जा ।

१. राँग एक प्रकारको धातु हो । यसलाई संशोधन गरेर मात्र प्रयोगमा ल्याउनु पर्दछ ।

तिल, तेलसँग खानु हुंकार जा ।
 भिस्त्री, राँग खानु छिन्दा रोग जा ।
 मूला, राँग खानु स्त्री प्रमेह जा ।
 धिपला, राँग खानु, मन्दाग्नी जा ।
 विजया (भाँड), राँग खानु रक्त वेगारी जा ।
 गुड, राँग खानु जलग्रह जा ।
 जाइफल, राँग खानु पुत्र पाव ।
 हर्दि, राँग खानु रक्तपित्त जा ।
 पिपला, राँग खानु काँसो उप्स सो जा ।
 लहसुनसँग (राँग) खानु सर्व चाय जा ।
 समुद्रफल, राँग खानु, शरीर, हात काम्दो निको हो ।
 लवांग, राँग खानु तिजरो जा ।
 गाईको मोहिसँग खानु, ज्वालादेही निको हो ।
 चाँपको फूल, राँग खानु गौँड सुक ।
 सुहाग, राँग खानु, दूध (स्तन) साहारो हो, गर्भ खस ।
 (गाईका) दूध, राँग खानु, बह निको हो ।

राजरोगको उपाइ

कपूर, अढाई गेडा मरीच, कटहरको मुन्टा ७, पिनी खानु राजरोग^१ जा ।

अथवा जिरा, असुराका पात, हाँडीमा हाली पकावनु, पात

१. राजरोग = राजयक्ष्मा, (टी. बी.)

२. राहुराग्न रोग हुँदा वात - आँठि गाँठि जोर्नीहस्त दुख्छ भन्ने बूढा पुरानाहरूको भनाइ छ ।

फालनु, खोटो तुल्याउनु, सो खोटो पिपलासँग खानु, तितो मेटनु,
बिरेनू खानु राजरोग जा ।

अथवा- पिपलाको बोक्रो पोली खानु राजरोग जा ।

अथवा अमिलो, मरीच खानु राजरोग जा ।

राहुरागन्को उपाइ

टट(ह) लाको पत्र १ रतिको जरो ल्याई गडतसित लाबनु;
राहुरागन् जा ।

अथवा विषसेला? १, करुवा (खाने) तेल माना २, गाई
(को) घिउ माना १, मरीच तोला १, टिबूर (टिमु) तोला १, पिपला
तोला २, सुपारी सेर २, सिंधो (सिधेनून) तोला १, समुद्रफिन
कौडिथर १, द्रोणपुष्प (बोकेफूल) को रस एकत्र गरी पिसी
पकाबनु; तब आड मर्दन गर्नु खरो जा, राहुरागन् जा । आंखा
निको हो ।

रतौंदीको उपाइ

घोडाको लादी, अढाई गेडा मरीच पिसनु, आंखामा अञ्जन गर्नु
रतौंदी निको हो ।

रिसाको उपाइ

अनादिका चिउरा, भैंसीको दहीमा मुछिने गरी मुछी अघाई खानु
रिसा जा ।

अथवा- केराउका दाना भाग १ सुठो भाग १, दारिमको बोक्रो
भाग १, यति एकत्र गरी पिसनु, गाईका दूधसँग पकाई खानु रिसा
जा ।

अथवा भलायो, कालो तिल, मुडिलो एकत्र गरी ताता पानीसँग पिउनु रिसा जा ।

रिङ्गटाको उपाइ

पित्तौज्याकि गुदी घोटी शिर लेप गर्नु; शिरको रिङ्गटा जा ।

अथवा- मरीच, गडैतमा घोटी शिर लेप गर्नु घुमौरी जा ।

लत्रेको स्तन साहारो गराउन्ध्या उपाइ

बटैका चोक्टा? कपाल समगरी पिसनु, (कपाल पिसिएन भने भस्म बनाउनु र पिसनु), सुकाउनु, हात लावनु, स्त्रीले खानु, मुठी बाँध्नु लत्रेको स्तन साहारो हो ।

लुताको उपाइ

मोथ्याको जरो बसि पानीसँग घोटी लावनु, लुतो थाक् ।

अथवा चितोको जरो, कंठा बाँध्नु, कण्ठाको शूल जा ।

अथवा- हरडाको जरो कान बाँध्नु; कर्णशूल जा ।

वभनिको उपाइ

बेलका पात, (पहाडिया)-नेपाली कागत, भलायो पोली गोली तुल्याउनु, छोरो हुन्ध्या स्त्रीको दूधसँग काँसा(का) भाँडामा राखी सूर्यपाक गर्नु, तोला १ (का दरले) लावनु आँखा अञ्जन गर्नु, वभनि^१ निको हो ।

अथवा- हरडा सेर १, जेठिमधु भाग १, बलु (बालु) भाग १,

१. आँखाको अँधलो ।

यति सम गरी नस दिनु, अझन गर्नु, प्रियावनु भर्कंदो बाज^१ निको हो ।

वातको उपाइ

कुरिलाको जराको रस, महसँग खानु वातशूल जा ।

अथवा- सिंधो (सिधेनून), विरेनून, पिपला, चितो, सुठो, हिड,
एकत्र गरी पिसनु ताता पानीसँग खानु, कफशूल जा ।

अथवा- अरुँडको जरो, विमिराको जरो, बिहिं, ज्वानु, सिंधो,
सम गरी पकावनु लावनु वात जा ।

अथवा - शुंसको तेल ? भाग १, अरेंडको तेल भाग १, मरहटि (गोरखपान) को गेडा भाग १ यति एकत्र गरी खानु, तातो पानी पिउनु, चात जा ।

अथवा सिउँडीका जरा, रवि; मङ्गलवारका दिन ल्यावनु, सुकाई
पिसन, गाईका घिउसँग लावनु वात जा ।

वाउटा जुकाको उपाइ

किम्बुको जराको रस^२ महसँग खानु वाउटा जा ।

अथवा- चिंविराको जरो घोटो (सो रस) पानी पिउनु; वाउटा
जका जा ।

अथवा- तोरीको फूलो खानु; जुका जा ।

अथवा- सिसो ? (सिसौको जरो) घोटी (सो रस) पिउनु
जका जा ।

१. मृदु भट्कने ।

१. किम्बुको जराको रस धेरै खानु हुँदैन । बालकलाई ज्यादै कमि दिनपर्दछ ।

अथवा - सिरुका जरा कुटी पिउनु जरा जा ।

वायुको उपाइ

सर्सिउँको तेल (मा) मधेशे लहसुन पिसी नयाँ हौँडिमा हालिदिनु,
२१ दिन सूर्यपाक गर्नु, दिन २२ का दिन पर्साँला गाड्नु, आरु प्रमाण
खानु, निस्ता पेट खानु, इन्द्रिय जाग, चिसो हर, वायु हर, चिसो
आइ भया तातो आइ हो ।

अथवा- लहसुन, श्रीङ्गवेनु खानु शून्य जा ।

अथवा- लहसुन, तातो पानीसँग खानु वायु जा

अथवा - लहसुन, त्रिफला खानु सत्त जा ।

अथवा- लहसुन, गाई (को) दूध खानु; सर्वरोग जा ।

वायु - गुल्मको उपाइ

सौंफ पिसी खानु वायुगुल्म जा ।

अथवा- समुद्रफल पिसनु, भृङ्गीराजको रस महसँग खानु, तातो
गरी पिउनु वायुगुल्म जा ।

अथवा- हरडा, पिपला, जवानु, सौचल सम गरी पिसनु, दहीका
पानीसँग खानु वायुगुल्म जा ।

विविध रोगको उपाइ

आँक तोला ३०, हरडा तोला ३०, चकंद्या ? तोला ११७, लोहा
पोल्याको (लौहभस्म) तोला ५०, गुड तोला ५० (मिसी) गोली
बाँधनु, मासा १ खाया सर्व व्याधि जा ।

मासा २ खाया

मासा ३ खाया कुष्ठि जा ।

मासा ४ खाया छिन्यारोग जा ।

मासा ५ खाया स्त्री बहुत रमाया ।

मासा ६ खाया सेत केशका काला केश हुनन् ।

मासा ७ खाया सर्व व्याधि जा ।

मासा ८ खाया बहुत विधि हो ।

मासा ९ खाया नयाँ हो ।

मासा १० खाया शरीर बल हो ।

मासा ११ खाया बूढाको तरुण हो ।

(औषधि सेवन गरिरहँदासम्मन् नून धेरै नखानु, अमिलो, पीरो र वायलो चीज धेरै न खानु) ।

विफरको उपाइ

ज्वरो आउँदामा भइ खानु विफर थाक ।

अथवा- कस्तुरी, सालधूप पिसी धुवाँ दिनु विफर पाकुन् ।

अथवा- कुभिण्डो उसिनी खान दिनु विफर पाक थाक ।

अथवा कालीबाख्रीको दूध, दही, दैगलाको जरोको रस मिसी लावनु विफर पाक ।

अथवा खयरका विजाँ, गुड खुवावनु विफर पाक ।

अथवा - पुसनु^१ गुड खुवावनु विफर पाक ।

वेहेरीको उपाइ

लत भलायो (लहरे भलायो) को फूल कुटनु, गाईका घिउसँग पकावनु, आधा कसार प्रमाण खानु, वेहेरी थाक ।

१. पुरानो गुड भन्नाले भरिसक तीन वर्ष नाधेको राम्रो यद्वा औषधीमा लाभदायक मानिने गर्दछ भन्ने बूढापुरानाहरूको भनाइ छ ।

शयनी खटिराको उपाइ

मन्टाखान्या कुरिलाको जरो कुटी लावनु, शयनी (सत्री) खटिरो निको हो ।

अथवा - साना काउछाको जरो पानीसँग घोट्टी लावनु, शयनी खटिरो निको हो ।

अथवा- आँकको जरो, कुट, किनैल ? (किमिला - कमिला) का भुला?, वायुविडङ्ग, सिधो सम गरी बुकुनी गर्नु, खानु, शयनी (सत्री) खटिरा जा ।

अथवा - मासु, डगर ?, शुचा छोटी लावनु शयनी खटिरो जा ।

शिर दुखनाको उपाइ

हिङ्ग, सुठो, मनतातो गरी पिउनु माथ निको हो ।

अथवा- ज्वानु पिसी माथ लेपन गर्नु; माथ निको हो ।

अथवा चन्यामिलाको रस, अरिङ्गको रस बरोबर गरी हिङ्ग, सुठो, समभाग गरी लोहा (फलामे) भाँडामा पकावनु, कालो गरी माथ लेपन गर्नु, माथ निको हो ।

अथवा बलु कुटी तातो गरी माथ लावनु; निको हो ।

शूलको उपाइ

अरिङ्गको जरा, हिङ्ग, सौचल उमाली पिउनु शूल जा ।

अथवा - सुठो, मरीच, पिपला, बिरेनून, ज्वानु यति सम गरी कोरा वासन (नयाँ भाँडा) मा पकावनु, धतुराका पातको सय थोपा दुध हाली पिउनु शूल जा ।

अथवा- देवारचुको खानु शूल जा । वायुगुल्म जा, मिमाइ जा ।

अथवा हिङ्ग, जिरा, सौचल, सुठो, धनियार् मिस्री ताता पानीसँग खानु सर्वशूल जा ।

अथवा- काँक्राका विजाँ, सिंधो (सिधेनून), धजराको फूल, अदुवा, सुठो, (सम गरी) मिसनु, खानु सर्व शूल जा ।

अथवा कोइरालाको, अरिङ्गको, चितोको छाला (बोक्रा, र मुन्टो) को रस, सुठो, हिङ्ग, सिंधो सम गरी महले गोली बाँधनु खानु; सर्वशूल जा ।

अथवा चिताका जरा (को रस) ताता पानीसँग खानु, अजीर्ण, सर्व शूल जा ।

शून्य^१ को उपाइ

अजैपालको पानी हल्केला, पैताला, छातिमा, नाभिमा अष्टाङ्ग (सर्वाङ्ग) घसनु, पसिना न आओस्; शून्या जा ।

अथवा सिधेनून, सौचल, विंविराको रस तातो गरी अञ्जन गर्नु शून्या जा ।

अथवा खयर, तुलसी, पिपला, वयरका जरा, अमिलीका विजाँ, पिपलजरी, मुसली, सुठो, सम गरी पिसनु, पानीसँग नस दिनु, शून्या जा ।

अथवा काँक्राका जरा पिसी नस दिनु, शून्या जा ।

अथवा- केदर ?, सुठो, पानीसँग घोटी अञ्जन गर्नु शून्य जा ।

अथवा- सिरिसका विजा, गोमूत्रमा घोटी अञ्जन गर्नु शून्या जा ।

अथवा - पिपला, बोझो, सिंधो, भरीच, पिसनु नस दिनु शून्या जा ।

१. शून्य भनेको सूज यद्वा सुत्रिएकोलाई संकेत गरिएको हुनुपर्छ ।

समुद्रफल प्रकरण

समुद्रफल, मरीच, नसदिनु, अष्टात्र विजा ? (जनै खटिरा) का विष झरनन् ।

समुद्रफल, निवुवाको रस लावनु; सर्व खटिरा जा ।

समुद्रफल, हलेदो, घिउमा मुछी गाँडमा लावनु; गाँड सुक ।

समुद्रफल, निर्गुण्डीका रस घोटी शिर लेपन गर्नु शरीरको ब्यथा जा ।

समुद्रफल, स्त्रीका दूध (सँग) घोटी लावनु, मुखको गन्ध जा ।

समुद्रफल, गाईका घ्यूसँग घोटी लावनु, आँखाका जाला फाट ।

समुद्रफल, गाईका दूधसँग घोटी पिउनु आँतको खटिरो फुट ।

समुद्रफल, बासी पानीसँग घोटी पिउनु, रुघा न लाग पाक ।

समुद्रफल घोटी कान घालनु (हालनु), कानको चर्कन्या जा ।

समुद्रफल, काँजी पिउनु अजिर्ण जा ।

समुद्रफल, बोझो नस दिनु भूत जा, डाँकिनी जा ।

समुद्रफल, काँजी अञ्जन गर्नु, आँखाका तिरिमिरी जा ।

समुद्रफल, तीलतेल (सँग) अञ्जन गर्नु, आँखा दुख्छो निको हो ।

समुद्रफल, बाक्रीका दूध (सँग) घोटी अञ्जन गर्नु, आँखाको कोइरो (कुइरो) जा ।

समुद्रफल, सिमलीका रस नस दिनु, अघाहा निको हो ।

सर्प विषको उपाइ

वाजराको जरो, पिपला, मह यति मिसी खाया घाउमा (टोकेको ठाउँमा) हालिदिनु, विष डढ ।

अथवा- झाँक्रिकाठका मुन्टा, चकुटे^१ का विजाँ, कस्तुरी पिसनु,
खायाका घा (उ) मा घालनु साँपको विष छुट ।

अथवा - झाँब्रयाकाठका मुन्टा, झामैलो^२ घोटी पियावनु विष
छाड ।

अथवा माछाको विष्टि खुवावनु विष छाड ।

अथवा निर्विंसी घोटी पियावनु विष छाड ।

स्वर आउल्याको उपाइ

वरडा भाग १, पिपला भाग १ घति सम गरी गउँतमा भिजाई
जब सुकोस् तब पिसनु, अमला प्रमाण खानु, स्वर आव, निको
स्वर आव ।

साल फुकनाको उपाइ

गहत भिजाई दहीसँग खानु साल फुक ।

अथवा धिउ, खाँड, माँड खानु साल फुक ।

अथवा भक्यामिलाको जरो अंगुल ४ ल्यावनु, उँदो हात पछालनु,
तीनफेरा पियावनु साल फुक^३ ।

१. चकुटे चकुन चकौंधे । यो गहत जस्तो हुन्छ ।

२. झामैलो = झामौरो, मौसिझार ।

३. प्राचीन हस्तलिखित कापीमा यस शीर्षकमा साल फुकने मन्त्रको पनि
वल्हेख गरिएको छ ।

सिध्मा मंदाग्नीको उपाइ

मरीच, उम्ल्याको माटो^४, नून यति सम मिसी खुदोसँग तताइकेन पिउनु मन्दाग्नी जा ।

अथवा सिंधो, हरडा, पिपला यति सम गरी पिसनु, अमलासँग खानु, मन्दाग्नी जा ।

सूजको उपाइ

पुरानु गाईको घिउ, पिपला, सुठो मसिनु गरी पिसनु, घाममा मर्दन गर्नु, शूज जा ।

अथवा- सिमलीका पात, धतुराका जरा, अरैडका जरा एकत्र गरी माटाका भाँडामा उमालनु, बाफ लिनु शूज जा ।

हर्षाको उपाइ

कैङ्गलको, काफलको छाला (बोक्रा) सम गरी (पिसी) वस्त्र मलित गर्नु (छान्नु), कात्तिकी महसँग खानु हर्षा जा ।

अथवा- पिपला, मरीच, खानु हर्षा जा ।

अथवा- खाँड, रक्तचन्दन, चौलानीसँग खानु हर्षा जा ।

अथवा- मेहलको छाला (बोक्रा), ल्वाङ, बोझो, पिपला, सुठो समभाग गरी पिसनु, बिरलापद प्रमाण खाँडसँग खानु हर्षा जा ।

अथवा- नौनी, तिलसँग खानु हर्षा जा ।

अथवा- दही, माड खानु हर्षा जा ।

अथवा- हरडा, चितो, नूनसँग खानु, हर्षा जा ।

४. उम्ल्याको माटो भन्नाले पाकेको माटोलाई संकेत गरिएको हो । जस्तो कि - चुलाको माटो ।

अथवा- हरडा, भलायो, महसित खानु हर्षा जा ।

अथवा- पिपलज्वरी, गुडसँग खानु हर्षा जा ।

हरिनाठको उपाइ

चिचिंडाका पात घसनु हरिनाठ जा ।

अथवा- सालधूप, खोइलाग्या^१ गाई घिससँग लावनु हरिनाठ जा ।

हरिताल खायाको उपाइ

काँचो कुभिण्डो खानु, हरिताल झर ।

अथवा- काँचो लाहा खानु; हरिताल झर ।

अथवा- दही, हदी खानु; हरिताल झर ।

हियो डहनाको उपाइ

पाषाणभेद, जाइफल, कालाधतुराका विजाँ, विजया (भाङ) एकत्र गरी पिसनु महसँग खानु ।

अथवा- (उक्त औषधी) गुडसँग खानु, हियो डहँदो जा, निको हो । अतिसार जा ।

अथवा- आँपको अतर्छालो एकत्र गरी पिसनु, खाँडसँग अथवा महसँग खानु, सर्व अतिसार जा ।

अथवा- विरौका दाना, आँपको खोइलो एकत्र गरी पिसनु, खाँडसँग अथवा महसँग खानु सर्व अतिसार जा । हियो डहनाको पनि निको हो ।

१. खोइलाग्या = खै लागेको । तात्पर्य (गाईको) पुरानो घित ।

सबै औषधी खान दिँदाको मन्त्र :

धन्वन्तरिर्दिबोदास काशिराज तत्थाश्विनौ ।
 नकुलः सहदेवश्च समैते व्याधिनाशकाः ॥
 अच्युतानन्द गोविन्द नामोच्चारण भेषजात् ।
 नश्यन्ति सकला रोगाः सत्यं सत्यं वदाम्यहम् ।
 शरीरे जर्जरं भूते व्याधिग्रस्ते कलेवरे ।
 औषधी ज्ञान्दवीतोयं वैद्यो नारायणो हरिः ।
 अच्युतानन्द गोविन्द रोगो हरतु औषधि ॥

अस्मिन् श्रीशाके १७५६ (वि.सं. १८९१) मासे (११) फाल्गुण,
 तिथौ चौथी, नक्षत्रे चित्रा, योगे ९, वारे ३ दिन (गते) ८ रोज शुभम् ।

श्री धन्वन्तरीजी प्रोक्तं आयुर्वेदाङ्ग सिद्धियो ।
 हस्तलिखित प्राचीन पुस्तकमा यो पनी थियो ॥

आयुर्वेद सार दर्पण (घरेलु वैद्य) को पूर्वभाग समाप्त भयो ।



सम्पादकको विनय

‘आयुर्वेद’ पढ्यौं न डिग्रिसँग होस् ? ‘ऐलोपथिक्’ याद होस् ?
हाम्रो ढङ्ग न होस्, जडीबुटी मिली रोगीमहाँ वेश होस् ।
‘दशवर्षे धिउ’ ले विनाश छ विष रे यो जीर्ण कापी पनि
लेख्यौं काम दियो भने यदि कतै सेवार्थ होला भनी ॥

॥१॥

वर्षे ‘एकसये छपत्र’ अधिको अँले पुनः लेखियो
सम्बत् दूइहजार च्यालिस चइत् उन्तीस् गते सिद्धियो ।
डण्डा ‘गोर्सति चोक’ गा. वि. स. ‘अग्यौली’ वार्ड ‘आद्’ हो घर
जिल्ला पर्छ ‘नवल-परासि’ भनिने हो ‘लुम्बिनी’ अञ्चल ॥

॥२॥

मेरो नाम त ओम्प्रकाश र पिता केदारनाथजी भनी
आमा पद्मकुमारिजी थर अनी गोत्रादि भन्छू पनि ।
हाम्रो कश्यप गोत्र तीन् प्रवर हो कश्यप, असित, देवल
हामी हौं अधिकारि घर अनुनका लंजुङ्ग पूर्वस्थल ॥

॥३॥

साथीका र विशेषतः जननिको धेरै हुँदा प्रेरणा
जीर्णोद्धार भई प्रकाशित भयो गर्छु सदा संज्ञना ।
‘आयुर्वेद’ छ त्यो वृहद् र उसका शाखा अनेकौं छन
यो हो सूक्ष्म तथापि काम त कतै देला गरे सेवन ॥

॥४॥



आयुर्वेद सार दर्पण

(घरेलु वैद्य)

को

उत्तरखण्ड

अतिसार चिकित्सा

भुङ्गीराजको रस २ दही मिलाई खानाले अतिसार निको हुन्छ

अथवा ७ माशा धर्जेराको सुकेको फूल पिंघेर मोहीसँग पिउनाले अतिसार प्रवाहिका समेत नष्ट हुन्छ ।

अथवा- धर्जेराको फूलको धूलो १ माशा देखि २ माशासम्मको मात्रा गरी महसँग चाट्नाले अतिसार नष्ट हुन्छ ।

अथवा १ तोला देखि २ तोलासम्म सुन्तलाको सर्वत पिउनाले पित्तको अतिसार नाश हुन्छ ।

अथवा पेटको आन्द्रालाई ठीक गर्न मसुरो राम्रो चीज हो । पेट फुल्नु, दुख्नु आदिमा मसुरोको दालले ठीक हुन्छ । लामो पात भएको चोया फूलको जरा मसिनो गरी पिनेर समभाग चिनी मिलाएर नित्य ३ मासा तातो पानीसँग खानाले अतिसार, रक्त अतिसार ठीक हुन्छ ।

एकतोला जावित्री पिनेर ५/६ मात्रा बनाएर अलि पुरानो (अमिलिएको) दहिसँग खाने गरेमा अतिसार ठीक हुन्छ ।

अथवा तुलसीको ८/१० ओटा पातमा जाइफल ३/४ लाल मिसाई पिसेर खुवाउने गर्नाले अतिसार नष्ट हुन्छ ।

अथवा- सूप, धनियाँ, जीरा यी सबै समभाग लिई पिनेर दिनको तीन पटक तीन मासाको मात्रा गरी नून पानीसँग खाने गरेमा अतिसार ठीक हुन्छ ।

अथवा धनियाँ (को गेडा) भुटेर खाने गर्नाले अतिसार नष्ट भै पखाला लाग्ने गरेको भएपनि सञ्जो हुन्छ ।

अथवा- जाइफल ६ मासा, छोहरा ६ मासा, शुद्ध अफिम ६ मासा सबैलाई पानको रसमा खूब घोटेर एक-एक लालको गोली बनाई दिनभरमा तीन गोली मोहीसँग खानू ।

अथवा- शुद्ध कपूर, शुद्ध हिंग, शुद्ध अफिम, नागरमोथा, इन्द्रजौ, जाइफल सबै ६-६ मासा खलगरी अदुवाको रससँग घोट्नु र एक एक लालको गोली बनाएर, २-२ गोली बिहान बेलुका मट्ठासँग खानाले सबै प्रकारको अतिसार, रक्त अतिसार आदि निश्चय ठीक हुन्छ ।

अथवा- शुद्ध कुचिलो, अफिम, सेतो मरिच १-१ तोला पिनेर छान्नु, खलमा राखेर अदुवाको रससँग ३ घण्टासम्म घोट्नु र १-१ लालको गोली बनाउनु, १ गोली सुठो चूर्ण र गुडसँग खानू अतिसार र हैजाको लागि रामवाण छ ।

अथवा- भुटेको भाँग ४ लाल, तुलो अलैंची ६ लाल, जीरा १ मासा, कालो जीरा १ मासा, सुकेको अनार दाना १ मासा, सुठो १ मासा, धनियाँ ३ मासा सबै पिनेर छानी २-२ मासा चूर्ण गाईको दहीको मट्ठासँग खानाले गर्भिणीलाई दिना लागेको ठीक हुन्छ । अग्निप्रदीप्त हुन्छ ।

अथवा- हर्षो, वच (बोझो) अतीस, कालोनून, हिंग, इन्द्रजौ पिनेर छान्नु, यसको सेवनले रक्तअतिसार ठीक हुन्छ ।

अथवा- अनारको काँचो फलको टुक्रा, कुटजको बोक्रा यी दुवैको काँढा बनाई ठण्डा भएपछि मह मिलाएर पिउनाले निश्चय नै रक्तअतिसार ठीक हुन्छ ।

अथवा- श्रीखण्ड घोटेर त्यसमा महर चिनी मिलाएर चौलानीसँग पिउनाले रक्तअतिसार, रक्तपित्त, प्यास दाह शान्त हुन्छ ।

अथवा- दुई तोला काँचो बेलको गुदी गुड (चाकु) सँग मिलाएर खानाले रक्तअतिसार ठीक हुन्छ ।

अथवा- काँचो बेलगिरी, नाग केसर, रसौत समभाग गरी पिनेर

छात्र । यो चूर्ण ४-४ मासा चौलानीसँग खानाले रक्तअतिसार, रक्त बवासीर, स्त्रीको रक्तप्रदर तथा श्वेतप्रदर सबै ठीक हुन्छ ।

अथवा- धनियाँको गेडा भुटेर खानाले अतिसार नष्ट भै पखाला बन्द हुन्छ ।

अथवा- इसबगोल ४ मासा एक पाउ दूध र एक पाउ पानीमा पकाउनु जत्र जल सुक्छ, दूध बाँकी रहन्छ अनि थोरै मिश्री मिलाएर खानु । यसले रक्तअतिसार, प्यास, दाह हट्दछ । यसले धातु पुष्ट हुन्छ, स्तंभन हुन्छ । यदि पेटमा पीडा छ, पेट फुलको छ भने असली हिं, सिधेनून, पिपला चूर्ण, मरीचचूर्ण सुठो समभाग गरेर जलमा पिनेर पेटमा लेप लगाउनु यसबाट पेट फुल्नु र दुख्नु निश्चय ठीक हुन्छ ।

अथवा-तारपिनको तेल पेटमा माल्ने गर्नु ।

अथवा- शुद्ध हिं, मरीच, शुद्ध गंधक, पीपल, शुद्ध सुहाग, शुद्ध वत्सनाभ, शुद्ध धतुराको बीज सबैलाई भाँडोको रसमा ३ घण्टा खलगरी १-१ लालको गोली बनाउनु, अग्निबल अनुसार देखि ४ गोलीसम्म महसँग खानाले संग्रहणी र अतिसार निश्चय नै ठीक हुन्छ ।

एक तोला जाबित्री पिनेर ५,६ मात्रा बनाएर अलि पुरानो दहीसँग खाने गरेमा अतिसार ठीक हुन्छ । तुलसीको ८/१० वटा पातमा जाइफल ३/४ मिसाई पिनेर खुवाउनाले अतिसार नष्ट हुन्छ ।

अथवा- कालो नून, चीताको बोक्रा, मरीच, सुठो पीपल सबैलाई समभाग गरी मिलाएर चूर्ण बनाउनु । यो चूर्ण एक मासाको मात्रामा महुसँग सेवन गर्नाले बवासीर, वायुगोला, उदररोग, फियो, संग्रहणी, भोक नलाग्नु आदि रोग ठीक हुन्छ ।

अरुचीमा

नास्यातीको रस ३ तोलामा सिधेनून, मरीच, भुटेको जिराको धूलो छरेर (राखेर) पिउनाले अरुची नष्ट हुन्छ ।

अथवा एक तोला चरिअमिलीको काढा बनाएर पिउनाले पाचनशक्ति ठीक हुनुकासाथै भोक जगाउँदछ ।

अथवा १ तोला चरिअमिलीको अक्षर बनाई चाटने गर्नाले पाचनशक्ति बढ्दछ, दिसा खलाँस गछै, रगतमासी समेत निको हुन्छ ।

अलकाई - अर्शमा

एउटा कागतीलाई प्याक पारेर सिधेनून मिलाएर चुस्ने गर्नाले अलकाई रोगबाट रगत झर्न बन्द हुन्छ ।

अथवा ५ मासा तुलसीको ब्रीजको धूलो पानीसँग खाने गर्नाले अलकाई निको हुन्छ ।

अथवा- बकाइनाको गेडा र देशी भूप बराबर पिनेर मिश्री मिलाई खाने गरेमा अलकाई रोग ठिक हुन्छ ।

अथवा १ तोला कागतीको रस र ४/५ मासा हर्रोको धूलो बराबर मिलाई खाने गर्नाले अलकाई रोग ठिक हुन्छ ।

अथवा- एउटा गिलाँशमा गाईको दूध राखी १ तोला कागतीको रस मुखमा हाल्नु (खानु) र तुरुन्त उक्त दूध पिउनु, (ढिला न गर्नु) अलकाई निको हुन्छ ।

अथवा चर्चर गन्यो भने नौनीघिउ मिलाएर खाए पनि हुन्छ । अलकाई, खटिरा-पटिरा सबै नष्ट हुन्छ ।

अथवा- ५ मासा तुलसीको गेडाको धुलो पानीसँग खानाले अल्काइ नष्ट हुन्छ ।

अथवा - चरिअमिली जम्मा पारी राम्रोसँग धनु र पिँधनु, आगोमा तातो पारी लगाउनु र यही औषधी १ तोला खानाले संग्रहणी, अलकाई, कोढ र रगतको विकार नाश हुन्छ ।

अथवा - बकाइनाको गोडा र देशी सूप बसबस पिनेर मिश्री मिलाई खाने गरेमा अल्काई रोग ठीक हुन्छ ।

अर्श बबासीर नाशक उपाय

यसको दुई भेद हुन्छ-रगत हुने र नहुने (बादी) । यदि लाल रंगको लस्सा भएर रगत हुन्छ त्यो रक्तबबासीर र यदि पीडा, सूजन बढी छ भने त्यो बाद बबासीर हो । बबासीर आदि मलद्वारसम्बन्धी रोगको लागि मट्टा महान् औषधी हो । अजवायन र कालो नून मिलाएर एक तोला ताजा नौनीसँग बिहान-बेलुका खानाले १५ दिनमा रक्त बबासीर ठीक हुन्छ ।

अथवा- चनगोभी (बन्दकोबी)- को तरकारी छिउमा पकाएर सिँधेनून हालेर गहुँको रोटीसँग १५ दिनसम्म खानाले सबै प्रकारको बबासीर ठीक हुन्छ ।

अथवा- भाउभेरा (खपाड) को बीज र ल्वाँग समभाग गरी चूर्ण बनाउनु, तीन लालको मात्रा गरी अजवायन र कालो नून मिलाएको मट्टासँग सेवन गर्नाले बबासीर ठीक हुन्छ ।

अथवा- अपामार्गको बीज चौलानीसँग पिनेर खानाले रक्त बबासीर ठीक हुन्छ अथवा मट्टामा पीपला र अजवायनको चूर्ण मिलाएर पिउनाले अथवा सुखा या हरियो गुलर पानीमा पिनेर मिश्री मिलाएर पिउनाले रक्त बबासीर, आउँ रगत, रक्तवमन र मासिक-धर्म अधिक हुनु ठीक हुन्छ ।

अथवा- मखन र कालो तिल मिलाएर खानाले रक्तबबासीर ठीक हुन्छ ।

अथवा- मरीच, सिंधेनून, चिताको जरोको बोक्रा समभाग लिई चूर्ण बनाई २ मासा चूर्ण भट्ठामा मिलाएर सेवन गर्नाले गुल्म, मदाग्नि, बबासीर, संग्रहणी आदि पेटका सबै रोग नष्ट हुन्छन् ।

अथवा- रसौत, कलमी सोडा, हर्षो समभाग लिई मूलाको रसमा घोटेर चना बराबरको गोली बनाउनु नित्य बिहान बेलुका एक एक गोली बासी पानीसँग खानाले बबासीर ठीक हुन्छ ।

अथवा- शुद्ध गुग्गुल, लसुन, नीम, हिंग, सुठो समभाग लिएर पिनेर छानी चनाबराबर गोली बनाउनु, बिहान बेलुका एक एक गोली बासी पानीसँग खानू ।

अजीर्ण-मन्दाग्नि

एठटा कागतीको दुई प्याक पारेर त्यसमा सुठो र सिधेनूनको धूलो हालेर आगोमा सेकाई चुसेमा अजीर्ण नष्ट हुन्छ ।

अथवा- कागतीको रस ७ माशा, अदुवाको रस ७ माशा, सिधेनून, २ मासा मिलाएर कपडछान गरी १/१ लालको मात्रा गरी खानाले अजीर्ण र वायु शान्त पार्दछ ।

अथवा- हर्षो ६ तोला, पिपला ४ तोला, गजपीपल १ तोला, चिताको जराको बोक्रा १ तोला, हिङ्ग एक तोला, सिधेनून १ तोला सबै पिनी छानी अदुवाको रससँग चनाबराबरको गोली बनाउनु । यो गोली अग्निदीपक र रसायन हो ।

अथवा- हिङ्गवाष्टक चूर्ण ३ मासा भोजनको पहिलो गाँससँग सँगै खानाले भोक खूब बढ्छ ।

अथवा- पिपल ८ तोला, पिप्लामूल ८ तोला धनियाँ ८ तोला, कालो जीरा ८ तोला, सिधेनून ८ तोला, नागकेशर ८ तोला, कालो नून २० तोला, मरीच २० तोला, सेतो जीरा ४ तोला, सूठो ४ तोला, दालचिनी २ तोला, सानो अलैंचीको बीज २ तोला, समुद्री नून ३२ तोला, अनार दाना सुकेको १६ तोला, पद्मचाल ८ तोला सबै पिनेर छानेर चूर्ण बनाउनु, मात्रा एक मासा मट्टा, दहीको पानी, तातो पानी या कागतीको रससँग बिहान बेलुका सेवन गर्नाले श्वास, शूल, अजीर्ण आदि पेटको कठिन रोग नष्ट हुन्छन् ।

अथवा- शुद्ध मीठा विष १ तोला, त्रिकुटा ३ तोला, ठुलो हर्षेको टुक्रा १ तोला, चीता, अजवायन, सिधेनून, सूठो पिनेर छानी कागतीका रससँग चना बराबरको गोली बनाउनु, बिहान बेलुका १-१ गोली तातो पानी या महसँग खानाले मन्दाग्नि कमलपित्त र बब्रासीर नष्ट हुन्छ ।

सिधेनून र रायोको गेडा पिसेर तातो पानीसँग खाने गरेमा अजीर्ण र अपच भएको ठिक हुन्छ ।

अथवा- अलिकति भाडको रक्यामुनाको पातको डाँठको धूप्रपान गरेपनि अजीर्ण वा अपच हुनबाट बचाउँछ ।

अथवा- अमिलीएको दही खाए पनि अजीर्ण हुटाउँछ ।

अथवा- तुलसीको बीजको धूलो १ मासा र पिपलाको धूलो १ मासा महमा मिलाएर खानाले अरुची नष्ट हुन्छ ।

अथवा- सूठो, मरीच भुटेर सुहाग, ल्वाङ्ग समभाग लिएर पिनेर घोट्नु र चनासमान गोली बनाउनु । यसको सेवनले अजीर्ण र मन्दाग्नि नष्ट हुन्छ ।

अथवा- पीपलको चूर्णमा दुई गुना युरानो चाकु मिलाएर सेवन

गर्नाले हृदय रोग, दम, खोकी, कमलपित्त, जीर्ण ज्वर तथा मृगी रोग नष्ट हुन्छन् ।

अथवा- हरो, पिपल, मरीच, सुठो, शुद्ध कुचिलो, शुद्ध हिङ्ग, शुद्ध गंधक, सिधेनून समभाग लिएर पिसी छानी फेरी खलमा राखी कागतीको रस मिलाई घोट्नु र २-२ लालको गोली बनाउनु । एक गोलीको मात्रा तातो पानीसँग खानु । शूल र मन्दाग्निको यो अमोघ औषधी हो ।

अथवा- माउभेराको जरो, षटमासको दाना बराबरको रसमा कालो नून मिलाएर नित्य खानाले शूल, मन्दाग्नी आदि पेटको रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- कागतीको रसमा सिधेनून, पिपला, अजवायन, सुठो मिलाएर छाद्यामा सुकाउनु । यसरी ३ पटक कागतीको रसमा भावन दिनु र सुकाएर राख्नु, ४ लालको मात्रा तातो पानीसँग खानु । अजीर्ण र मन्दाग्नी हराउँदै जान्छ ।

अन्नमा कीरा न पर्नमा

गुर्जिँठाको खरानी राखेर त्यसमाथि अन्न राख्नाले वा अन्नमा छर्किनाले पनि अन्नमा कीरा लाग्दैन ।

अरुचिनाशक उपाय

अदुवाको रसमा मह मिलाएर चाट्नाले, खोकी, श्वास, अरुचि नाश हुन्छ ।

अथवा- कागती काटेर त्यसमा थोरै मरीच र कालो नून छरेर आगोमा तताई चुस्नाले पनि अरुचि हट्दछ । खोकीको ज्वरो भए न दिनु । भोजनअघि अदुवामा सिधेनून मिलाएर खानाले अथवा

अमला र मनकादाख पिनेर मुखमा राख्नाले यदि ज्वरो पनि छ भने बिहान-बेलुका एक या आधा मासा गुर्जोको चिनी या महसँग चटाउनाले या यही गुर्जोको चिनी अनारको रससँग खानाले अरुचि र ज्वरो निश्चय आराम हुन्छ ।

अथवा - नित्य भोजनअघि अदुवा ताछेर सिधेनूनसँग खानाले अरुचि रोग हुँदैन ।

अथवा - गाईको दहीमा भुटेको रायो, भुटेको जीरा, भुटेको सुठो र सीधेनून मिलाएर त्यसमा आधा पानी मिलाएर मधु । यो पिउनाले अरुचि ठीक भएर अग्नि प्रबल हुन्छ ।

अथवा तुलसीको गेडाको धुलो र एक मासा र पिप्लाको धुलो एक मासा महमा मिलाएर खानाले अरुची नष्ट हुन्छ ।

अथवा मह ६ मासा, अनारको रस ६ मासा, कालो नून एक मासा सबै मिलाएर खानाले अरुचि ठीक हुन्छ ।

अथवा - भुटेको सेतो जीरा ६ तोला, कालो जीरा ६ तोला, अजवायन २ तोला, मरीच २ तोला, पिपला २ तोला, धनियाँ ४ तोला, जवाखर २ तोला, सूठो २ तोला, सिधेनून १० तोला, घिउमा भुटेको हिङ १ तोला सबै पिनेर छात्रु । कागतीको अमिलो आधा सेर मिलाएर मन्द अगोमा पकाउनु, जब गाढा हुन्छ उतारेर शीशीमा राख्नु । १ देखि ३ मासासम्मको मात्रा भोजनपछि नित्य खानाले शूल, अजीर्ण, फियो रक्तगुल्म आदि ठीक हुन्छ ।

अन्तर्दाहछटपटीमा

२ तोला चरिअमिलीको पात पिनेर त्यसमा मिश्री मिलाई खानाले भित्रको दाह हटेर शीतल हुन्छ ।

अमलपित्तमा

अमिलो वमन, डकार, छाती-घाँटी पोल्नु, खाएको न पच्नु, जीउ दुख्नु, शिरपीडा हुनु, हातपाउ पोल्नु आदि यस रोगमा हुन्छ । यस रोगमा नून कम खानुपर्छ ।

पुरानो चामलको भात अमलाको रससँग खानु उत्तम हुन्छ । पानी भोजन साथसाथै न पिएर एक घण्टापछि पिउनुपर्छ । घाममा हिँड्नु, शोक, क्रोध, दिउँसो सुत्नु, रातमा जागा हुनु, धेरै दाल-साग खानु आदि छोड्नुपर्छ ।

हरेँ चूर्ण ६ मासा, मह अथवा गुड मिलाएर खानाले १५ दिनमा अमलपित्तको रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- गुर्जो, नीमको पात, परबलको पात घिनलाई एकैसाथ पिनैर महमा मिलाएर खानाले या अमलाको रससँग नित्य भोजन गर्नाले अमलपित्त, वमन, अरुचि, दाह र वीर्यविकार नष्ट हुन्छ ।

अथवा- नित्य १ तोला चूनको निश्रेको पानी पिउनाले अमलपित्त रोग ठीक हुन्छ ।

अमिलो पानी आउनेमा

मरीचको धूलो ३-३ लाल महमा मिलाएर पानीसँग खानाले मुखबाट अमिलो पानी आउन बन्द हुन्छ ।

अपस्मार (छारे रोग) मा

अपराजिताको जरो खनेर ल्याउनु र बूटि बनाउनु र काँचो धागाले दुवोपट्टिका कानमा मङ्गलवार या रविवार पारेर बाँधिदिनु ।

यस्ता छारे रोगीहरूले बत्ती, आगाको नजीक, भीर पहारामा

जानु, रुखमा चट्नु, रातो रङ्ग र अन्य चहकिला वस्तुहरू, डरलाग्दा चटक-जादुहरू हेर्नुहुँदैन ।

अर्धकपालीमा

बोझो, पिपला बराबर गरी चूर्ण गरेर नस हाल्नु ।

अथवा- भृङ्गीराजको ताजा रस र बाख्रीको दूध बराबर मिलाई घाममा खूब तताउनु र नाकमा ५ ७ थोपा हाल्नु ।

अथवा- वायुविडङ्ग र कालो तिल बराबर मिलाई चूर्ण गरेर नस हाल्नु ।

अथवा- चुलाको भर्सेलीको पोलिएको माटो र मरीच समभाग गरी चूर्ण गरेर नस हाल्नु ।

अथवा- अपराजिताको वियाँको र जराको नस हाल्नु ।

अथवा- अपराजिताको जरो काँधमा बाँध्नु । रातीगेडी र लेक पाङ्गो ई र थोकलाई पानी हाली थिच्थाच् पारेर त्यसलाई कपडछान गरी सो रस नश हाल्नु ।

अथवा- क्यामुनाको बौक्राको रस ३० ग्राम, सिमालीको मुन्टाको रस ३तोला मिसाई नाकमा राख्नाले वा नस लिने गर्नाले अर्धकपालीमा धेरै फाइदा गर्दछ । यो रसले नाक खूब पोल्दछ, तर खराबी गर्दैन ।

अथवा- एक पहाडिया कागती लिई त्यसमा एउटा मकैको दाना जत्रो पस्ने प्वाल पारी एउटा त्यत्रै फिट्करीको दुक्का भित्र हाली त्यस कागतीलाई पोलेर मनतातो गरेर खानाले पिनासमा तुरुनै फाइदा गर्दछ ।

अथवा- भृङ्गीराजको रस र दूध मिलाएर नस हाल्नु ।

अथवा- स्यूँडीको दूधमा खुर्सानीको वियाँ पिंधेर कञ्चटमा लाउनु ।

अङ्ग प्रत्यङ्ग दुखेकोमा

गाईको गउँत आधा माना, अदुवाको रस १ तोला, टिमूरको चूर्ण आधा तोला मिलाई पकाएर आधा घटाई दुखेको ठाउँमा मालिस गर्नाले जुनसुकै अङ्ग प्रत्यङ्ग दुखेकोमा पनि निको हुन्छ ।

आकाशबेलीको गुण

अकाशबेली अर्थात् सुनलहरी विशेष गरी सिमलीमा र असुरामा जेलिएको हुन्छ । यसको गुण - पित्त, कफ र आमरोग, नेत्ररोग-नाशक, अग्निकारक, हृदयसम्बन्धी रोग नाशक छ ।

आँखाबाट आँसु बगिरहनेको उपाय

सेतो अपामार्गको जरो राम्रोसँग धोएर घ्यूमा पिँधी आँखामा अञ्जन गरेमा आँसु बगिरहने रोग निको हुन्छ ।

अथवा- सानो हर्छो, माजुफल, बाल छड, ठूलो हर्छो सबैको समभाग लिएर जलमा मसिनो गरी पिन्नू र गोली बनाउनु । यो गोली पानीमा घोट्टेर आँखाको आसपास र भित्र बाहिर लगाउनु । यसले आँखामा निरन्तर पानी बहन बन्द हुन्छ ।

अथवा- ठूलो हर्छोको हाडको भित्रको गुदी २ भाग बर्छोको हाडको भित्रको गुदी ३ भाग अमलाको बीयाको गुदी एक भाग यो सबै पिनी छानी पानीसँग खल गरी गोली बनाउनु । यो गोली पानीसँग घोट्टेर आँखामा लगाउनाले आँखाको दाद, खटिरा र पानी आउन आराम हुन्छ ।

अथवा- पुनर्नवाको जरो, स्त्रीको दूधमा घोट्टेर आँखामा लगाउनाले आँखाको दाद खटिरा आराम हुन्छ ।

अथवा- महमा घोटेर लगाउनाले आँखाबाट पानी बहने आराम हुन्छ । धिउमा घोटेर लगाउनाले धुन्ध नष्ट हुन्छ ।

अथवा- हुक्काको पानीमा घोटेर लगाउनाले रतौँधी नाश हुन्छ ।

अथवा- रसौत (चूत्राको चूक) स्त्रीको दूधमा घोटेर लगाउनाले आँखाको सबै रोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- गोरखमुण्डीको पंचांगलाई छायाँमा पिनेर त्यसमा त्यसचूर्ण बराबर मिश्री र धिउ मिलाई बिहान बेलुका ६-६ मासा नित्य गाईको दूधसँग खानाले नेत्र दृष्टि तेज हुन्छ ।

अथवा- शुद्ध सुर्मा एक छटाक, बर्रोको बियाँको भित्रको गुदी, वायुबिडंग, पिप्ला सबै ६-६ मासा, सेतो मरीच, सस्युको बीज, समुद्रफेन, थारको नङ्ग, मोतीको सिपी, शुद्धखरी, शुद्ध कपूर, ४-४ मासा, कोपिला र ममीरो एक एक तोला, निलोतुथो र फिटकिरी ३-३ मासा सबै पसिनो गरी पिनी छानी ७ दिनसम्म त्रिफला काँढामा ७ दिनसम्म मुण्डीको रसमा र ७ दिनसम्म गुलाफजलमा खल गरी शीशीमा राख्नु । यो सुर्मा आँखामा लगाउने गर्नु, यसले जालो फूलो, धून्ध, नयाँ मोतिबिन्दु आदि आराम हुन्छ । नेत्र रोगीले माछा, मासु, मासको दाल, दही, अमिलो, तरकारी, भारी अन्न, स्त्रीसंभोगबाट बच्नुपर्छ ।

अथवा- धनिया, सिधेनून, मधु, नयाँ मूला, धिउकुमारी, दूध, मुग, जौ, गहतको रस, सूप आदि खानू र पाउ सफा राख्नु, धुनु । पाउमा तेल मालिस गर्नु हितकर छ ।

आँखाको रोगको औषधी

कालो तिलको तेल बेलुका सुत्ने बेलामा आँखामा हाली सुत्नु, फाइदा गर्दछ ।

अथवा गोरखमुण्डी भिजाएको पानीले आँखा धुने गरेमा आँखाको तेज बढेर आउँछ ।

अथवा - अदुवाको रस छानी र थोपा जति आँखामा राख्ने वायु र कफले दुखेको आँखालाई हित गर्दछ ।

अथवा त्रिफला पानीले आँखा धुने गरेमा आँखाको सम्पूर्ण रोग निको हुन्छ ।

अथवा - त्रिफलाको धूलो, मह र घिउमा मिलाई सुत्ने बेलामा चाट्नाले पनि फाइदा गर्दछ ।

अथवा - एकमासा धनियौँको गेडा पिनेर आधामाना पानीमा पकाउनु र कपडाले छान्नु अनि त्यो रस आँखामा एक-दुई थोपा हाल्ने गरेमा आँखा पोल्ने र पानी बग्ने दुवै नष्ट हुन्छ ।

अथवा - मूलाको पातको रस छानेर आँखामा हाल्ने गर्नाले आँखा तेजिला हुन्छन् ।

अथवा- मरीच घ्यूमा मिलाएर खानाले अनेक प्रकारको नेत्ररोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- अपामार्गको जरा, मूलाको पातको रस र थोरै सिधेनून पिलाई मिसाई पिँधनु, तामाको भाँडामा हाली दही पानीसँग बेसरी पकाउनु र आँखामा हालिदिनु फाइदा गर्दछ ।

आँखाको फुलो (जाला) मा

जडेलाले लहरो छिप्पिएको रूखमा गम्भ इयाडिङ्को हुन्छ, त्यसका फेदमा काट्दा पानी आउँछ, त्यो लहरो नसुके गरी काटेर आएको पानी छानेर सिसीमा राख्नु, त्यो पानी आँखामा बराबरी र महिनासम्म हालिराखेमा निको हुन्छ । यसले फुलो पनि काटिन्छ ।

अथवा- सज्जितनको पातलाई पिसी छानी सो रसलाई सफा भाँडोमा राखी मन्द आगोमा पकाई काँढा तयार बनाएर प्रतिदिन २ थोपाका दरले २ महिनासम्म आँखामा राख्नेगर्नाले फुलो समेत काटिन्छ ।

अथवा- चरिअमिलीको रस सुर्मा लगाए जस्तो गरी आँखामा लगाउनाले जालो बसेको नष्ट हुन्छ । सो रस छानेर आँखामा हाले लाली समेत काटिन्छ, आँखा वृद्धअवस्थासम्म देखिन्छ ।

अथवा बनभाटा (जसलाई पंजाबीहरूले कटाईकला पनि भन्दछन्) को जरो कात्तिक महिनाको शुक्लपक्षमा सूर्योदय हुनुभन्दा पहिले लिएर कागतीको रसमा पिसेर तीन तीन घण्टामा फूलो परेको आँखामा लगाउँदै गर्नाले बाह्र वर्ष को पुरानो फुलो भएपनि नष्ट हुन्छ । फूलो जान्छ ।

अथवा- कपूर र बरको दूध मिलाएर आँखामा सलाईको काँटीले मसला भएपडिबाट गाजल लगाएको लगाउने गरेमा आँखाको फूलो नष्ट हुन्छ ।

अथवा निरोगी बाच्छीको अलिकति ताजा गोबर र कालिसिन्की थिचेर (पिसेर) २ तोला बनाउनु, अनि भखेरे पकाएको भातपनि अलिकता मिलाई एउटा सफा कपडामा बाँधी त्यसले सहन सक्ने तातोले ५-७ मिनेटसम्म सेकिदिनाले अत्यन्त फाइदा गर्दछ । आँखाको चानीमा भने धेरैबेर तातोले सेकिरहुनु हुँदैन, किनकि आँखाको ज्योतिमा असर पर्न सक्छ ।

अथवा- गनाउने (गन्धे) झारको मुन्टाको रस निकालेर सफा कपडामा छानेर आँखामा राख्ने गर्नाले पाकेको दुखेको आँखा निको हुन्छ ।

स्त्रीको दूधमा रिठ्ठाको बोक्रा राखेर खूब खल गर्नु र बत्तीजस्तो

लामो बनाएर राख्नु, आवश्यकतामा पानी घोटेर सलाईको काँटीले आँखामा लगाउनु, केही दिनसम्म लगातार लगाउनाले पुरानो फूलो जालो बसेको र आँखा बन्द हुन लागेको भए पनि ठिक हुन्छ र आँखा निर्मल हुन्छ ।

अथवा- (हरीं यौटा, बरीं दुइटा, अमला चार ओटाको समूहलाई त्रिफला भन्दछन्) । सो त्रिफलाका चूर्णमा मह कम्ति घ्यू बढ्ता गरी मिलाई आँखाका वरिपरि लगाए सम्पूर्ण नेत्ररोग नाश हुन्छ ।

अथवा सोनामखिखको धूलो महमा मिलाई अञ्जन गर्नाले आँखामा फुलो परेको पनि निको हुन्छ ।

आगो वा तातो घिउ तेलले पोलेमा

आगो वा तातो घिउ तेलले पोल्थ्यो भने पोल्ने बित्तिकै (तुरुन्त) असली मह लपक लगाएर सफा टाल्नाले बाँधिदिनु, जस्तैगरि पोलेको भए पनि फोको उद्दैन । जहिलेसम्म घाउ आराम हुँदैन तबसम्म मह लगाउँदै जानु ।

अथवा अमलाको पात, बाख्रीको दूधमा पिसेर लेप लाउनु राम्रो फाइदा गर्दछ ।

अथवा- मेथी पिनेर लेप गर्नाले पोलेको घाउ ठीक हुन्छ ।

अथवा घ्यूमा चूनको पानी हाली फेटेर लगाउनु ठण्डा गर्दछ ।

अथवा- आगाले पोल्ने बित्तिकै पोलेको ठाउँमा नूनको धूलोमा गाडिदिनु वा पोलेको ठाउँमा हावा न घस्ने गरी नूनको धूलो बाँधिदिनु फोको पनि उद्दैन र दाह पनि हुँदैन ।

अथवा तिलको तेल ५ तोला र त्यति नै चूनको पानी मिलाएर बेसरी फेट्नु, सेतो दूध जस्तो भएपछि रुइमा डुबाई घाउमा लगाउनु ।

अथवा -

आगाले यदि पोलिए रस धिऊकुमारीको लाउनु
कच्चा आलु कुटेर लाउनु कि ता की मट्टितेल लाउनु ।
की ता झट्ट बयर खरानि गरनू तिल्का त तेलमा मिसी
पोलेका अनि घाउमा घमिदिनू उम्रन्छ मासू लिसी ॥

आगोले पोलेको घाउ

पीपलको रूखको सुकेको बोट्रा पिनेर पोलेको ठाउँमा छर्कनाले
या सिमलको जसो पानीमा पिनेर लेप गर्नाले या जौको खरानी र
जवाखरको तेल मिलाएर लेप गर्नाले अगिले पोलेको घाउ आराम
हुन्छ ।

अथवा- १ तोला खाने सोडा, २ तोला जलमा घोली पोलेको
ठाउँमा लेप गर्नाले पनि फोका ठठ्ठैन र जलन तत्काल शान्त हुन्छ
।

अथवा- १ तोला खयर, आधा तोला कपूर, ३ भासा सिन्दूर
तीनै चीज पिनी छानी १०० पटक घोलिएको घिउमा एक छटाक
मिलाएर खूब मल्लु र जलेको ठाउँमा लगाउनु आराम हुन्छ ।

आउँ परेमा

१ तोला चरिमिल्लीको पात चटनी बनाई मोहीसँग तताएर
दिनको ४ पटक खानाले पुरानो आउँ रगतमासी निको हुन्छ ।

अथवा बोजाको धूलो ५ तोला, धनिजाँ ३ भासा, मरीच १
भासा, प्राती १ भासा, पानीमा सवा घण्टासम्म उमालेर पकाउनु,
छानेर २ तोलाको मात्रा गरी दिनको ३ पटक दिनु खाउनु फाइदा
गर्दछ ।

आउँ-दिशा लागेमा

पाकेका चार ओटा बेलको गुदी झिकी उमालेका पानीमा मिश्रीसित ३ ३ घण्टामा खानु फाइदा गर्दछ ।

अथवा- सुकेको बेल, पुरानो गुड, मरीच बराबर (मरीच जत्रो) मात्रा लिएर अथवा त्यसमा १०-१० ग्राम इसबगोल र मिश्री मिलाएर फाँको मारु । रगत पनि आएको छ भने दूबोको रस (२० ग्राम) सहित पिउनु फाइदा गर्दछ ।

आमाशयको रोगमा

सुन्तलाको बोक्रा १ तोला र आधा तोला नीमको बोक्रा पानीमा मिलाई छोपी राख्नु, १५ मिनेट पछि झिक्नु र छान्नु, ५ तोलासम्म-को मात्रा गरी पिउनु, यसरी दिनमा ३ पटकका दरले केही दिनसम्म सेवन गर्नु लाभदायक हुन्छ । साथै आमाशय पनि बलियो हुन्छ ।

अथवा- ३/४ तोला नास्पतीको रस पिउनाले आमाशयलाई ताकत दिन्छ, पागलपन हटाउँछ र छटपटी हटाउँछ, साथै छातीलाई बलियो पार्दछ ।

आधा कपाल दुखेमा

तिलको पिनाको रस, तेल, मूह र सीधेनून यी सबै मिलाई मस्तिष्कमा लेप गर्नाले या घिउमा सीधेनून मसिनो गरी पिनी नस लिनाले र ५-६ दिन बराबर सुँघनाले यो रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- बच्च, पिप्ला यीमध्ये कुनै एक मसिनो गरी पिनी नस लिनाले या चूलाको जलेको माटो र मरीच समभाग पिनेर नस लिनाले पनि यो रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- श्वेतकरवीरको पात छायाँमा सुकाएर मसिनो गरी पिनी जतापट्टि दर्द हुन्छ त्यतैपट्टि नाकमा नस लिनाले खूब छिउँ आउँछ र नाकबाट पानी निक्लेर आधा शिरोवेदना आराम हुन्छ ।

अथवा- वनपरेबाको विष्टा, रायोसँग पिनी शिरमा लेप गर्नाले या नौसादर दुई लाल र कालो नून र लाल पानीमा पिनेर गाईको घिउमा मिलाएर नाकमा थोपा दिनाले या सूठोलाई दूधमा पिनेर सुँझाले र शिरमा लेप गर्नाले अर्धशिरोवेदना आराम हुन्छ ।

अथवा- अर्क, कपूर शिरमा मालिस गर्नाले पनि शिरोवेदना आराम हुन्छ ।

अथवा केशरी घिउमा पिँधेर सुँझाले निको हुन्छ ।

अथवा- मालभोग केराको कोसो आधा काटी त्यस आधामा र तोला बेसार मिलाई खानाले आधा कपाल दुखेको निको हुन्छ ।

यस विमारका लागि टाउको जुन भागमा दुखेको छ त्यही तर्फको पाखुरामा राम्रोसँग डोरीले कस्ने । केही समयमा नै आधा दुख्न छोड्छ अनि पाखुराको डोरी फुकाइदिने । यदि त्यसको दोश्रो दिन पनि फेरि आधा दुख्यो भने नाकको जुन प्वालबाट श्वास राम्ररी फेरिन्छ, त्यही प्वाललाई रुवाले थुनेर माथि भने झैं पाखुरामा डोरी कसे आधा दुख्ने विमार सधैंलाई निको हुन्छ ॥

इन्द्र लुप्त (खुइरे रोग)

यस रोगमा शिर या दाही आदिको रौं झर्दछन् र फेरि आउँदैन । यसले गर्दा मनुष्यका रूप भद्दा देखिन्छ । मैनसील, हीराकसी, नीलोतुथो, मरीच समभाग पानीमा पिनेर रौं नभएको ठाउँमा लेप गर्नु ।

अथवा-कटुकी तीतो परवलको पातको रससँग पिनेर लगाउनाले ७ दिनमा रोगहीन स्थानमा निश्चय नै रौं पलाउँछ ।

अथवा-हातीदाँतको खरानीमा बाख्राको दूध र रसौत (चूत्राको चूक) मिलाएर लेप गर्नाले खुइरे रोग निश्चय ठीक हुन्छ ।

उपदंश भिरिङ्गीमा

सत्यानाशी (भन्भना) को फल (जब फूल झर्छ तब) २ तोला र त्यसैको जरो २ तोला, खुर्सानी १ तोला कुटेर (पिसेर) चूर्ण बनाउनु र कपडछान गरी ठूलो केराउ बराबर गोली बनाई नित्य (बिहान बेलुका) खाने गर्नाले गर्मी, उपदंश, सुजाक र प्रमेहमा लाभ गर्दछ । औषधि सेवनकालमा चनाको रोटी र दाल खानु ।

अथवा शुद्ध संखीया, गुर्जाको सत्त्व, समान भाग मिलाएर बिहान बेलुकी (२ पटक) नौनी, मिश्री या तरसँग नित्य खानु, १ महिनासम्ममा निको हुनेछ ।

उकुच वा खटिराबाट पानी बगिरहने घाउमा

नीम अथवा बकाशिनको पात महमा पिँधेर घाउको वरिपरि लगाउनाले फाइदा गर्दछ ।

उन्माद एवं मूर्च्छा र रिँगटा लाग्ने रोगमा

अत्यन्त क्षीण हुनाले या पित्तदोष ज्यादै बढ्नाले, विरुद्ध भोजनले र सत्त्व गुणको कमी र तमोगुणको अधिकताले अन्य कतिपय कारणले मूर्च्छा रोग हुन्छ । मूर्च्छा हुनेभन्दा पहिले प्रायः यी लक्षणहरू हुन्छन्- हृदय पीडा, ग्लानि, चेतना नाश हुनु, बल नाश हुनु, कमजोरी आदि । एमोनिया सुँघाउनु । एक मासा कपूर ६ मासा, श्रीखण्ड

गुलाबजलमा घोटेर सारा शरीरभर लेप गर्नु मूर्छा नाश हुन्छ ।

अथवा- सानो पिप्लाको मसिनो चूर्ण महमा मिलाएर चटाउनाले पनि मूर्छा रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- अमलाको बियाँ निकालेर बियाँबाहेक अमला मात्र पिन्नु र त्यस चूर्णलाई १८ घण्टासम्म खल गरी उँखुको रस जति सकिन्छ घोटेर सुकाएर फेरि पिन्नु, कपडछान गरी यस चूर्णलाई २-३ मासाको मात्रा गरी दिनको दुई पटक ताजा जलसँग खानु, मूर्छा, प्यास ग्रमेह र दाह आदि शान्त हुन्छ । यदि बालकलाई जुकाको कारणले मूर्छा भएको छ भने केशर र कपूर दूधसँग घोटेर पियाउनाले अवश्य लाभ हुन्छ । कृमिनाश गर्न यो रामबाण औषधी यो ।

अथवा- सेतो प्याजको रस नाकमा हाल्ने, श्रीखण्ड र कपूर पिनेर लेप गर्नाले पनि मूर्छा र उन्मादमा लाभ हुन्छ ।

अथवा- ल्वाँङ, सूठो, मरीच, पिप्लालाई मसिनो गरी पिनेर दाँतमा मल्लाले या सेतो प्याज कुटेर नाकको सामुत्रे राख्नाले हिस्टेरियाको मूर्छा ठीक हुन्छ ।

अथवा- ब्राह्मीको पातको स्वरस ४ तोला, कूटको चूर्ण १२ लाल, मधु ४८ लाल यो सबै मिलाएर पिउनाले उन्माद रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- कुभिंडोको बीजको चूर्ण ४८ लाल, कूटचूर्ण १२ लाल, मधु ४ मासा मिलाएर चाट्नाले या कुभिंडोको बीजको गुदी २ तोला, सर्पगंधाचूर्ण २ मासा, रातो माटाको थाँडामा १० तोला पानीमा भिजाई बिहान सिलौटामा पिनेर छानी ६ मासा मह मिलाएर पिउनु दुई-तीन दिनमा उन्माद रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- शंखाहुलीको रस ४ तोला, कूट चूर्ण १२ लाल, मह ४८ लाल मिलाएर पिउनाले उन्माद रोग हुन्छ ।

अथवा- १० वर्ष पुरानो घिउ नित्य पिउनाले उन्माद र मृगी रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- ब्राह्मीको रस, कूटको रस, शंखपुष्पीको रस, बोझोको रस यी चारैवटाको एक एक पाउ लिएर पकाउनु, जब रस सुकेर घिउमात्र बाँकी रहन्छ अनि उतार्नु । यो घिउ र दूधसँग बोझाको चूर्ण खानाले पनि उन्माद रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- सेतो प्याजको रस आँखामा हाल्ने, त्यसैको नस लिने गर्नाले पनि उन्माद र मृगी रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- कपासको बियाँको तेल शिर र छातीमा मल्नु । सारस्वतचूर्ण र त्यसको साथ थोरै ब्राह्मीघृत पनि खाने गर्नु उन्माद र मृगी रोग अवश्य आराम हुन्छ, स्मरणशक्ति खूब बढ्दछ । प्रमेह आदि वीर्यदोष पनि ठीक हुन्छ । चूर्णको मात्रा एकतोला बराबर घिउ र महमा मिलाएर ६० दिन वा ४० दिनसम्म सेवन गर्नुपर्छ ।

ब्राह्मीघृत

बच (बोझो), कूट, शंखाहुलीचूर्ण हरेक आधा-आधा सेर, घिउ दुई सेर ब्राह्मीको पातको रस ८ सेर लिएर सबैलाई एकै ठाउँमा मिलाउनु, कराइमा हालेर मंदागिले पकाउनु । जब रस सिद्धिएर घिउमात्र बाँकी रहन्छ, उतारेर, छानेर सफा शिशीमा राख्नु । ६ मासादेखि एक तोलासम्मको मात्रा गरी नित्यसेवन गर्नु, उन्माद, मृगी, संधिवात आदि रोग शान्त भएर स्मरणशक्ति बढ्दछ ।

अथवा- ब्राह्मीको पातको स्वरस ४ सेर र घिउ एक सेर मिलाई, पकाई सेवन गर्नाले उन्माद र मृगी रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- ब्राह्मीको पातको स्वरस एक तोला, अकरकरा ३

मासा, मह तीन मासा सबै मिलाई नित्य बिहान-बेलुका ४० दिनसम्म सेवन गर्नाले उन्माद, चित्तभ्रम, मृगी रोग आराम हुन्छ ।

छायामा सुकाएको कागतीको बोक्रो ६ मासामा १ माना पानी हालेर रातभर भिजाई राख्नु, भोलिपल्ट बिहान त्यसलाई मिचेर छानेर त्यसमा मिश्री मिलाई खानाले उन्माद-रिंगटा सपेतमा फाइदा गर्दछ ।

उन्माद या पागलपन को अनुभूत औषधी

सर्पगन्धा (चाँदमरूवा) को चूर्ण ४ मासा शुद्ध गुलाबको अर्क एक छटाँकमा १२ घण्टा भिजाएर सात दाना मरीचसँग पिनी बिहान बेलुका दुई समय पिउने गर्नु, अमिलो, पीरो, गुड, तेल र गर्मी चीजबाट परहेज गर्नु । घिउ, दूध, मखन, अधिक मात्रामा सेवन गर्नु । उन्मादको लागि अनुभूत औषधी हो ।

उपियाँ भगाउनमा

इन्द्रेणीको फल पानीमा पिसी घरको सबै ठाउँमा छिट्किए उपियाँ भाग्छन् ।

ओछ्यानमा मुत्ने रोगको औषधि

ओछ्यानमा मुत्ने केटाकेटी मुत्ने ओछ्यानको मुन्तिरको माटो पोलेर घ्यू मह (विषम गरी) मिलाई चटाउने गर्नु ।

अथवा- नीमको जरा कुटेर रस झिक्नु बेलुका (खाना खानु भन्दा पहिले) पियाउनु । औषधी लगातार १५-१६ दिनसम्म सेवन गराउनु ।

अथवा १ रत्ति भाङ्ग भुटेर पिस्नु र महमा फेटी केही दिनसम्म नित्य खुवाउनु । (यो एक मात्र हो) ।

अथवा बेलुका सुत्ने बेलामा १ गिलाँस तातो पानी या मनतातो दूधमा ३ ४ वटा छोहडा मिलाई सेवन गराइदिनाले यो रोग नाश हुन्छ ।

औलो ज्वराको औषधि

उदकमझरी ३ टायम खान दिनु । मात्रा २ तोला ।

अथवा कागतीको १ तोला रसमा १ तोला मिश्री मिलाई खानु ।

अथवा- कागती २ प्याक पार्नु १ प्याकमा भरीच र सिधेनून र अर्को प्याकमा भरीच र मिश्री मिलाएर आगोको भुङ्ग्रामा न डड्ने गरी तताउनु र सहँदो तातो चुस्नु, औलाको ज्वरोमा फाइदा गर्दछ ।

अथवा साढे २ माना तातो पानीमा २ वटा कागतीको रस र ५ तला चिनी हाल्नु, ठण्डा भएपछि २ तोलाको मात्रा गरी दिउँसो, बिहान र बेलुका गरी ६ -७ पटकसम्म पिउनाले औलोसम्बन्धी ज्वरो निको हुन्छ ।

कपाल कालो गर्नुपरेमा

गोरखमुण्डी भिजाएको पानीले टाउको नुहाउने गरेमा कपाल कालो र लामो हुन्छ ।

अथवा कालो चितोको फूलको चूर्ण ३ मासा दिनदिनै दूधसँग सेवन गर्नाले कपाल कालो हुन्छ र कालै निक्कन्छ ।

धनियाँको रस र अमल्लाको रस खाने गर्ने र धनियाँको रस

टाउकोमा लगाएर नुहाउने गरेमा कपाल कालो, सुन्दर, सफा गराइदिन्छ ।
कपाल कैलोलाई कालो गराउनु परेमा त्रिफला पानीले टाउको नुहाउने
गरेमा कैलो कपाललाई कालो बनाइदिन्छ ।

कपालको चायाँमा

कागतीको रस चिनीमा मिलाएर शिरमा लगाउनाले ५-६ घण्टा
पछि शिर धुनाले चायाँ पर्ने ठीक हुन्छ । औषधि लगाउनु भन्दा पहिले
क्षौर गर्नुपर्छ ।

अथवा- आँपको गुदी र हरो यी दुवै समभाग लिएर दूधमा
पिनेर क्षौर गरी शिरमा लगाउनाले शिरमा चाय पर्ने ठीक हुन्छ ।

अथवा- नीमको साबुन या कार्बोलिक साबुनले शिर नुहाई तेल
लगाउनाले पनि चायाँ ठीक हुन्छ ।

कपाल झरेमा

तुलसीको पातको रस र सखर मिलाएर बेलुका सुत्ने बेलामा
टाउकोमा लगाएर सुत्ने र बिहान उठेपछि मन तातोपानीले नुहाउने
गरेमा कपाल झर्ने रोग ठिक हुन्छ ।

अथवा- कागतीको रसमा अमला पिधेर कपालमा मल्ला
कपाल झर्दैन, कपाल लामो र कालो पनि हुन्छ ।

कपाल लामो गर्नु परेमा

अमलाको तेल एक किलोमा २०० ग्राम कफिको बीउ हालेर
हल्का आगोमा पकाउने र तेल सेलाएपछि त्यो तेलले नुहाउने गरेमा
कपाल बढ्न पनि थाल्छ, कैलो छ भने कालो पनि गराइ दिन्छ ।

कपालमा जुम्रा परेमा

लशुन पिंथेर रस निकाली कागतीको रस मिलाएर कपालमा लगाउनाले लिखा जुम्रा नष्ट हुन्छन् ।

कपालको चायामा

कागतीको रस र चिनी मिलाएर बेलुका सुत्ने बेलामा टाउकोमा लगाएर सुत्ने र बिहान उठेपछि भनतातो पानीले नुहाउने गरेमा कपालको चायाँ नष्ट हुन्छ ।

कपाल दुखेमा

धरिअमिलीकारसमा प्याजको रस मिलाएर लेपन गर्नाले पित्तबाट कपाल दुखेको भए निको हुन्छ ।

कब्ज हटाउने उपाय

वातप्रधान रोगीलाई ज्वर आएमा कब्ज अधिक हुन्छ । ३-४ मासा कालो निशोधको चूर्ण महमा मिलाएर चटाउनु । यदि कोष्ठबद्धता बढी छ भने ६-८ मासा चूर्ण दिनु, ज्वरोमा दिसा लगाउने यो राम्रो औषधी हो । यसले विषमज्वर पनि ठीक हुन्छ र कब्जियत पनि ।

अथवा- २॥ तोला काष्ठरआघल एक पाउ तातो दूधमा मिलाएर पियाउनु । यो बडो हलुका जुलाफ हुन्छ । बालक र गर्भवती स्त्रीको साथै सबैको लागि लाभदायक हुन्छ ।

अथवा - सनाइपत्ती, सुठो, सुप, तुलो हर्छो, कालो नून बराबर भाग लिएर पिनेर छानेर यसको ४-६ मासा चूर्ण तातो बेलामा खाएर पछि तातोपानी पिउनु एकपटक या दुई पटक दिसा भएर पेट सफा हुन्छ ।

एक तोला अमिलोको फल पानीमा पकाएर छात्रे र मिश्री मिलाएर खाने गर्नाले पेट फुल्ने र कब्जियत हुने दुवै रोगलाई नष्ट गर्छ ।

कमिलाले सताए

पतिनाको पात वा डाँठलाई केही सुकाएर पिस्न र सो धूलो घिउ, चिनी वा कुनै त्यस्ता कमिलाहरूले सताएको चीजको पिँधमा- (वा भाँडामुनि) राखिदिनु कमिलाले सताउन्न ।

अथवा- सिमलीको १ तोला पातको काढा बनाई (पकाएर) खानाले रुघाले कपाल दुखेको र कान बहिरो भएकोमा पनि तुरन्त आराम गर्दछ ।

कलेजो र फियो बढेमा

मुलाको बीउ ३ मासा र कागतीको रस प्रत्येक दिन खाने गर्नाले कलेजो र फियो बढेको ठीक गर्छ ।

कफ फटाउनमा

मरीच पिँधेर मह मिलाएर चटाउनु, (दिनको ४ पटक चाट्नाले) छातिभित्र र कण्ठनाली भित्र रहेको कफ फाट्दछ ।

अथवा - सितोपलादिको चूर्ण (रोगीको अवस्था र उमेर हेरी) महमा फेटी खाने गर्नाले उपरोक्त फाइदा गर्दछ ।

कफबाट रगत आएमा

३ मासा खयरको फलको धूलो बनाई महमा मिलाएर चाट्ने गर्नाले कफबाट रगत आउने रोग नष्ट हुन्छ ।

कफशूलमा

निमको बोक्राको काँडा-पानी पकाएर खानाले कफशूल ठीक हुन्छ ।

कपडामा लागेको मसीको दाग छुटाउनमा

यो दाग हटाउनको लागि नून छर्केर कागतीको रस निचोरी-सकेको बोक्राले मलेर साबुन पानीले राम्ररी धुँदा दाग जान्छ ।

यदि दाग पुरानो छ भने दाग लागेको भागलाई केही समयसम्म दूधमा भिजाएर राखेपछि नून र कागतीले मलेर साबुनले धुँदा दाग छुट्छ ।

कपडामा लागेको रगतको दाग छुटाउन परे

चिसो पानीमा नून मिलाएर कपडा भिजाइ राखेर ३-४ घण्टा पछि साबुनले घोएमा रगतको दाग छुट्नसक्छ ।

कम्परभित्रको खटिरा

एरंड (अडीर) को बियाँ पिनेर मोटो प्लाष्टर (लेप) लगाउनु । कपडाको किनारालाई खोटाले बन्द गरिदिनु जब यो प्लाष्टर पिपले भरिन्छ अनि अर्को प्लाष्टर लगाउनु खटिरा ठीक हुन्छ ।

अथवा- नीमको पातलाई लस्सा आउनेगरी पित्रू र त्यसलाई कुनै कपडामा लपेटेर त्यसमा माटो लगाएर आगोमा सेकाउनु । माटो सुकेपछि निकाल्नु । नीमको पाकेको लेदोको एक अंगुल बाक्लो चक्की बनाएर खटिरामा लगाउनु, २-४ पटक यस्तो गरेपछि खटोरा ठीक हुन्छ ।

कामशक्ति घटाउनु परेमा

आधा तोला सेतो दूबो पिंघेर रसनिकाली पिउने गर्नाले कामशक्ति घट्दछ ।

अथवा- केही दिनसम्म लगातार नीमको काढा बनाई खानाले मनुष्य एकदम नामर्द बन्दछ ।

अथवा- ४-५ मास धनियाँको गेडा पानीमा भिजाएर (गेडै समेत चबाएर) सो पानी पिउनाले कामशक्ति कम हुँदै जान्छ ।

अथवा- संभोग गरिसकेपछि तुरुन्त चिसोपानी पिउने र लिङ्ग पनि चिसै पानीले धुने गर्नाले केही दिनमै नपुंसक बन्दछन् । (यो गृहस्थी-दाम्पत्य जीवनमा नपुंसकत्व होलान् भन्ने चेतावनी हो) ।

कामशक्ति बढाउनु परेमा

४ तोला सिमलीका जराको धूलो, ४ तोला सुठोको धूलो मिलाई ८ मात्रा बनाउनु १-१ पुडिया दूधसँग खाने गर्नाले कामशक्ति अत्यन्त बढ्दछ ।

(यस्तै औषधी र उपायहरू यस पुस्तकको कुनै प्रसङ्गमा दिइएका छन् र अर्को भागमा पनि विस्तृत गरी लेखिने छ) ।

कानको रोग

बालक तथा वृद्धको धेरै समयदेखि नै बहिरोपन ठीक हुँदैन । यदि रोग धेरै दिनदेखि लागेको छ भने- रायो, पिप्ला, हीङ्ग सूप र मूला, पानीसँग सिलौटामा पिनी यसको लेदोभन्दा ४ भाग बढी तेल र एक सेर अपामार्गको भस्म घोटिएको पानी हालेर पकाउनु । तेलमात्र बाँकी भएपछि छानेर शीशीमा राख्नु । यो तेल कानमा हाल्नाले, बहिरोपन, कान दुख्नु, कान कराउनु ठीक हुन्छ ।

अथवा- अपामार्गको सिलौटामा पिनेको लेदा १ छटाक, एक पाउ तेल, अपामार्गको भस्म, पोतेको पानी एक सेर सबै मिलाएर पकाउनु, तेलमात्र बाँकी भएपछि झिकी छानी शीशीमा राख्नु । यो तेल कानमा हाल्नाले बहिरोपन र कान कराउने आराम हुन्छ । कानको रोगमा यो तेल अमोघ औषधि हो र यदि कानबाट पीप आउँछ भने अलिकति फिटकीरी पानीमा घोल्नु र ४-५ पटक कानमा पचका लगाउनु, पछि अपामार्गको तेल ५ थोपा कानमा हाल्नु, केही दिन यसो गर्नाले पीप आउन बन्द हुन्छ । यदि १० दिनसम्म यसो गर्दा पनि ठीक भएन भने, फिटकीरी आगोमा फुटाएर पित्रू यसलाई कागतको नलीमा भरेर कानमा फुक्नु, यसले कानबाट पीप आउने पुरानो रोग पनि आराम हुन्छ । पीप आउन बन्द भएपछि ५ दिनसम्म अपामार्गको तेल ५ थोपा हाल्दै रहनु, कान निर्दोष हुन्छ । भर्खरै भएको बहिरोपन भए त्यो पनि ठीक हुन्छ ।

अथवा अदुवाको रस तताएर कानमा हाल्नाले कान दुखेको निको हुन्छ ।

अथवा - खस्नेताको पात आगोमा सेकाई निचोरी २ ३ बुँदा (थोपा) कानमा राख्ने (हाल्ने) गर्नाले कान दुखेको सञ्चो हुन्छ ।

बबुलको फूल तोरीको तेलमा पकाएर कपडाले छानी दिनमा २/४ थोपा कानमा हाल्ने गरेमा कान नसुत्ने रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा - सिमलीको जरालाई तिलको तेलमा हालेर पकाउनु । कपडाले छानेर सफा सिसीमा राख्नु, कानसम्बन्धी जुनसुकै रोगमा ३-४ थोपा कानमा हालिदिनु । बहिरोपन र त्यससम्बन्धी घाउ खटिरा समेत निको हुन्छ ।

अथवा- कैँथको कि अदुवाको कि पाकेको विमिराको रस तताई मनतातो गरी कानमा राख्नाले कर्णशूल (कान घोच्ने) निको हुन्छ ।

अथवा- अदुवाको रस र मह बराबर मिलाई कानमा हाल्नु ।

अथवा लहसुन, अदुवा, सैजनको विजाँ, मूला, केराको गानु यी पाँचै थोकको या एक एक या दुई-दुई थोकको रस मनमातो गरी कानमा हाल्नु ।

अथवा- दालचिनीको तेल २/४ थोपा कानमा हाल्ने गरेमा कान सुन्ने गर्छ ।

अथवा- शालिपर्णी, प्रश्निपर्णी, विहीं, कण्टकारी, गोखरू (गोखूर), सल्लो यी ६ थोक मध्ये जुन-जुन सुलभ छ उसको आठ अङ्गुल जरो लिनु र त्यसमा कपडा बेरेर तिलको तेल भिजाउनु र १ छेउ सल्काएर एउटा भाँडो थाप्नु, तप-तप चुहेको त्यो तेलको थोपा मनतातो भएपछि कानमा हाल्नु त कर्णशूल झट्ट निको हुन्छ ।

अथवा- पहेंलो भई पाकेको आँकको पातमा घिउ लगाएर आगामा तताई कानमा राख्नु कर्णशूल निको हुन्छ ।

अथवा- पहेंलो स्यूँडीको पात आगामा तताई त्यसको रस कानमा हाल्नु आराम गर्दछ ।

कानको जरा सुन्निएकोमा

हलेदो, इन्द्रेणी, कूट, सिधेनून, चुत्राको बोक्रो, चिउरीको जरा, यी ६ थोक आँकको दूधमा पिंधेर लेप बनाई सुन्निएको ठाउँमा लगाउनु ।

अथवा- गहत, काफलको बोक्रो, सूठो, मुग्रेलो यी ४ थोक पानीमा पिंधेर लेप बनाई मनतातो गरी लगाउनु ।

अथवा- सैजनको विजाँ र रायो यी २ थोक पानीमा पिंधेर पट्टि बनाई सुजन भएको (सुन्निएको) ठाउँमा लगाउनु ।

काल बोलाउन मन लागे

पाकेको रुख कटहरसँग पोलेको मकै या सुखा रोटी (भुङ्ग्रामा पकाइएको) खानु, कालका दूतहरू आउँछन् (आ. सा. द.) ।

क्यान्सर भएमा

ताजा अदुवा पिसी २ चम्चाजति रस निकाली सो रस र मह बराबर मिलाई २० २५ दिनसम्म खाली पेटमा खानाले क्यान्सर रोग मा हितकर हुन सक्छ ।

काटेको घाउमा लगाउने औषधी

काटेको छ जहाँ पेशाब गरनु कम् हुन्छ यस्तो पनि की ता पत्थर कोइला पिँधि धुलो हाली निको भो भनी ।

गाग्री एक जलै भरी फिटकिरी हाली कस्तुवा दिनु
धारा जल्दि दिनु र साफ खुन जो थाप्निन्छ बूझि लिनु ॥
काटेमा खरिशको कि पित्त जलमा घोटेर लाईदिनु ।
जालो लीनु कि माकुरा र भितरै कोचेर बाँधिलिनु ॥

अथवा- दूबो सफा ठाउँमा खूब मैदा गरी पिसनु र चन्दन जस्तोभएपछि काटेको ठाउँमा लगाइदिनु रगत आउन बन्द हुन्छ ।
घाउ पनि घावदैन ।

अथवा भृङ्गीराजको रस लगाउनु, घाउलाई ट्याप्प पारेर समाति कुनै सफा कपडाले राम्रोसँग बाँधिदिनु, २ ३ घण्टा भित्रमा जोडिन्छ, पाक्नु, पाप्नो जानु आदि विकारहरूले कष्ट दिंदैन ।

काटेको ठूलो घाउमा मासु न भरिएमा

आँपको बोक्रा पिनेर लगाउनु काटेको घाउ ठीक हुन्छ ।

अथवा- पिपलको बोकालाई डढाई अँगार पर्नु, अनि धानलाई झुटेर कालो पार्ने र पाषाण भेद साथै पीपलको अंगारलाई पनि मसिनोपारी पिसने । अनि उपरोक्त सबै पिसिएका अँगारका धूलोहरू छानी घाउमा बाक्लो गरी छर्कने गर्नाले केही दिनमै घाउ पुरिदै जान्छ । अन्त्यमा जब घाउ पुरिने केही बाँकी रहन्छ, तब औषधी प्रयोग गर्न छोड्नु पर्दछ, अन्यथा त्यही घाउ भएकै ठाउँबाट मासु पलाउँदै गई पहिलाको अरू सतहभन्दा माथि आई न राम्रो देखिन सक्छ- (आ. सा. द.)

कालो छाला गोरो बनाउने

नित्य नुहाउने र गधीनीको दूधले शरीरमा मालिस गर्ने गरेमा कालोलाई गोरो बनाइदिन्छ ।

कीरा परेको घाउमा

दिनको ३ पल्ट बरको दूध घाउमा हाल्ने गर्नु घाउका कीरा सबै मर्दछन् ।

कुकुरले टोकेको घाउमा

पहाडे पिंडालु घोटो घाउमा लगाउनु ।

अथवा- सिस्नु पिसेर लगाउनु ठीक हुन्छ ।

कृमि रोग (जुका) परेमा

शरीरको रंग बदलिन्छ, कैले ज्वरो आउँछ । पेटमा शूल हुन्छ । नाक चिलचिलाउँछ । हृदय दुख्छ, जीउ दुख्छ, वमन हुन खोज्दछ, रिंगटा लाग्छ, खान मन लाग्दैन । दिशा लाग्दछ । यी लक्षण भयो भने जुका परेको छ भन्ने थाहा पाउनुपर्छ । मनुष्यको पेटमित्र सात

प्रकारका कीरा या जुका हुन्छन् तापनि प्रधानरूपले तीन प्रकारको पाइन्छन् । रोगीलाई पहिले अलिकति सख्खर खुवाउनुपर्छ, यसले जुका एकत्रित हुन्छन् । यसपछि मोहीमा कबीला खुवाउनुपर्छ, यसले कीराहरू मर्दछन् । पछि क्यास्टरआइलको जुलाब दिएर निकाल्नुपर्छ ।

अथवा- नीमको पातको रस ५ ग्राम पिउनु, ३-४ दिनसम्म सेवन गरिराख्नु । सेवनविधि - बिहान बेलुकी खाली पेटमा ।

अथवा- कबीला र वायुविडंग आधा तोला पिनेर छानी महमा मिलाएर चाट्नाले या भातको माडमा वायुविडंग र त्रिकुटाको चूर्ण मिलाएर खानाले कृमि रोग नष्ट हुन्छ, जठराग्नि बढ्दछ । या नित्य प्रातःकाल खुरसानी र अजवायनमा सिधै नून मिलाएर खानु । कालो जीराको चूर्णमा मह मिलाएर खानाले या एरण्ड तेलमा गाईको गहुँत मिलाएर खानाले या अनारको बोक्राको काँडा ३ मासा गहुँतमा मिलाएर तीन दिनसम्म खानाले या प्रातःकाल पहिले सख्खर खाएर केही समयपछि बासी पानीमा खुरसानी, ज्वानु पिनेर पिउनाले पेटका सबै जुका नष्ट हुन्छन् । हलुका जुलाफ गर्नु राम्रो हुन्छ ।

खटिरा फोर्नु परेमा

कालो अगरु (अंगार) पानीमा घोटेल लगाउनाले टन्कने दर्द कम हुन्छ । खटिरा फोर्नु छ भने तिसीको पीठोमा अलिकति हलेदो मिलाई पानीको पुल्डीस पकाई सहँदो तातो पारी बाँध्नु चाँडै फुटी राम्रो हुन्छ ।

खाने नूनको गुण

तातो पानीमा १ चम्चा हाली खान दिए वमन गराउँछ ।

तातोपानीसँग मिसाएर कुल्लो गर्ने र नाक एवं मलद्वारमा पचका हात्रेर घाउ धुने काममा फाइदा गर्दछ ।

नूनको धूलो ३ मासा मन तातो पानी १ मानामा मिलाएर कुल्लो गर्ने गरे घाँटी दुख्ने समेतमा फाइदा गर्दछ ।

रुघा लागेको बेलामा नाकमा पचका हात्र, कमजोरी भएको बेलामा, हैजा लागेको बेलामा, जूका, चूर्ना परेको बेलामा मलद्वारबाट पचका हात्रे गर्ने गर्नाले फाइदा गर्दछ । (तर उमेर हेरी प्रयोग गर्नुपर्दछ । जवान उमेरकालाई १ देखि २ मानासम्म । १०-१२ वर्ष सम्मकालाई १० तोलासम्म) ।

खेती बालीमा कीरा लागेमा

सागपात वा जुनसुकै विरुवामा कीरा लागेमा गुईठाका खरानीको धूलो छरिदिनाले कीरा नष्ट हुन्छन् ।

गाईको गहुँ (उँ) त छर्किदिए पनि सबै कीरा मर्दछन् ।

खोकीनाशक उपाय

फोक्सोको मुखमा सर्दो वा गर्मी लाग्नु, फोक्सोमा घाउ-खटिरा हुनु, अमिलो, पीरो धेरै खानु, फियोमा बिकार हुनु, शरीर कमजोरी हुनु, अथवा अति मैथुन वा अधिक परिश्रम आदिबाट खोकीको उत्पत्ति हुन्छ । खोकीमा कफको पूरा ध्यान दिनुपर्छ । जबसम्म कफ निक्ल्दैँन तबसम्म गरम औषधी दिनु हुँदैन । कफलाई ढीला गरी निकाल्ने औषधी दिनुपर्छ । १-२ तोला अलसीको काँढामा एक तोला मिश्री मिलाएर दिनाले १० दिनमा कफ फुलेर निक्ल्छ । अलसी खोकीको रामबाण औषधी हो ।

अथवा- मरीच १ तोला, पिप्पला १ तोला, जवाखर ६ मासा,

अनारको बोक्रा २ तोला सबै पिनेर छात्रु । यस चूर्णमा ८ तोला पुरानो गुड मिलाएर ३-३ मासाको गोली बनाउनु, यो गोली चुस्ने गर्नु; खोकीको अमोघ औषधी हो ।

अथवा- आँकको न फफ्रेको कोपिला १ तोला, सफेद खयर १ तोला, मरीच १ तोला सबै कुटेर मिलाई आधा लालको गोली बनाउनु, छायामा सुकाउनु । बिहान-बेलुका १-१ गोली खानु; सब प्रकारको खोकी निको हुन्छ ।

अथवा- भुटेको सुहाग १ तोला, कच्चा सुहाग १ तोला, मरीच दुई तोला, खयर एक तोला सबै पिनेर छात्रु । घिउकुमारीको रसमा घोटी एक एक लालको गोली बनाएर छायामा सुकाउनु । १-१ गोली दिनमा २-३ पटक खानु, बालको सबै प्रकारको खोकी आराम हुन्छ ।

अथवा- असुराको रस ६ मासा, सानो पिपला एक मासा सबै मिलाएर तताएर पिउनु, यसबाट खोकी निश्चय ठीक हुन्छ ।

अथवा- काफलको बोक्राको रस महमा मिलाएर चाट्नाले पनि खोकी आराम हुन्छ ।

अथवा- आँकको पात १००, कालो नून १ पाउ, धतुराको पात १०० यसलाई हाँडीमा राखेर मुख बन्द गरी जलाउनु । खरानी भएपछि २ रती (लाल) खरानी अदुवाको रससँग र महसँग खानाले खोकी तथा दम आराम हुन्छ ।

अथवा- ठूलो मुनका दाख एक दाना लिएर बियाँ निकाली १-१ लाल काकडसिंगी र दालचिनी मसिनो गरी पिनेर मिलाई बालकलाई खान दिनु । यसरी खुवाउनाले बालकको खोकी आराम हुन्छ, छातीमा घरघर गर्ने निको हुन्छ, बालक पुष्ट हुन्छ ।

अथवा- तुलसीको पात एक मासा, अदुवा एक मासा, त्वाङ

२ मासा, कपुर-चामलको गेडा जति, सबै मिलाएर चपाएर खानाले सुखा खोकी आराम हुन्छ ।

अथवा- बिना बियाँको मुनका दाख, विना बियाँको अमला, छोहरा सबै ८-८ मासा लिएर आधा पाउ पानी पकाउनु, जब चौथाइ बाँकी रहन्छ मलेर छात्रु, फेरि यसमा ५ दाना मरीच र आधा पिप्ला मिलाएर नित्य चटाउनु, खोकी ठीक हुन्छ ।

अथवा- अर्जुनवृक्षको बोट्रो ल्याएर कुटेर त्यसमा असुराको रसको ७ भावना दिनु । यस चूर्णलाई घिउ, मह र मिश्री (बराबर भाग होइन) मिलाएर चाट्नाले क्षयरोगको खोकी आराम हुन्छ ।

अथवा- ताउमा भुटेको अलसीको बीउ महमा मिलाएर चाट्नाले या हलेदो भुटेर महमा मिलाएर चाट्नाले श्वास र खोकी आराम हुन्छ ।

बर्गे र पिप्लाको चूर्ण महमा मिलाएर चाट्नाले सबै प्रकारको खोकी आराम हुन्छ । बर्गे मुखमा राख्नाले या गुर्जोचूर्ण दुई मासा, त्रिकुटा २ मासा मिलाएर महका साथ चाट्नाले खोकी र श्वासलाई फाइदा गर्छ ।

अथवा एक मासा आँकको फूल, एक मासा सिधे नून, तीन ताल अफिम, ६ मासा ज्वानो सबै मिलाएर पित्रे र सानो केराउ जत्रो गोली बनाउने र तीन तीन घण्टामा एक-एक गोली तातो पानीसँग खानाले खोकी र दम दुवै नाश हुन्छ ।

अथवा- खयर एक भाग, छायामा सुकाएको असुरोको पात दुई भाग, पीपल र त्रिकुटा तीन भाग सबै मिलाई छानी चूर्ण बनाई यो चूर्ण महसँग चाट्नाले या असुरोको रसमा मह मिलाएर चाट्नाले सबै प्रकारको खोकी नाश हुन्छ ।

अथवा- फिटकिरी १० ग्राम, चिनी १०० ग्राम अलग अलग

पिसेर राख्ने, फिटकिरीलाई तावामा राखी तताउने, जब परलेर जम्छ तब चिनी पनि पिसेर बी दुवैलाई राम्ररी मिलाएर आधा चम्चाका दरले केही दिनसम्म सेवन गरिरहने ।

कफ न आउने खोकीमा दूधसँग खाने ।

कफ आउने खोकीमा - तातोपानीसँग ।

खोकी र स्वर बसेको

बोझाको चूर्ण १ औंस, उमालेको पानी १ औंस, दिनको ४ टायम निको न भएसम्म खानु । बोझाको गुण अवर्णनीय छ ।

झिङ्गा, उपियाँ, उडुस, जुम्रा आदि र अरू किटाणुभा समेत धूलो पारी छर्किनाले (छर्नाले) नष्ट हुन्छन् । बोझाको नित्य सेवनले आयु, बुद्धि, कान्ति, निरोगता, वाक्पटुता अर्थात् तिखो बुद्धि, बलसमेत दिनेवाला छ ।

अथवा आवश्यक भएजति सिमालीको रस माटाका भाँडामा पकाउनु, बाक्लो चास्नी जस्तो भएपछि दिशा र वसन पहिला गराएर यो सिमालीको चास्नी १ मासासम्मको भाग गरी ७ दिनसम्म दिनमा २ पटक खायो भने नाक, मुख, कानबाट रोग उत्पत्ति गर्ने कीटाणु निक्लन्छन् । खोकी र श्वस पनि निको हुन्छ । तीन महिनासम्म यसको सेवन गर्‍यो भने वृद्धावस्था हटो दीर्घायु समेत हुन्छ ।

यो औषधी सेवन गर्दासम्मन् अन्न त्याग्ने र पानी सके सम्म थोरै प्रयोग गरी दूधको मात्र सेवन-प्रयोग गरेमा अझ धेरै लाभ मिल्दछ ।

गलगण्डगाँडको औषधि

त्रिदोष - मांस, रक्त, बौसो, नसा दुषित भयो भने गला (घाँटी) मा

मांसपिण्ड उत्पन्न हुन्छ । यसको औषधि-अपराजिता (स्त्रीको योनीको जस्तो आकार (फूल हुने) को जरो घोटेर घिउमा मिलाएर प्रातः काल खाली पेटमा १-२ महिनासम्म खानाले र निम्न लेप पनि लगाउनाले अवश्य निको हुन्छ । तिर्खा लाग्दा पाकेको तीतो तुम्बीमा राखेको पानी पिउनु लाभदायक हुन्छ ।

गोमूत्र, तीतो परबल, तीतो करेला, तिखर रुखो भोजन गर्नु पथ्य हुन्छ ।

गलगण्डको लेप- सस्यूरु १ तोला, सजिउनको बीज, १ तोला, सनपाटको बीज १ तोला यति समान भाग लिई खूब मसिनोगरी पिसी लेप बनाएर लगाउनु ।

गला बसेमा

नौसादर र कुलञ्जन बसबर मिलाएर पिसेर पानमा राखी खानाले गला बसेको खुल्दछ ।

अथवा कोइरालाको बोक्राको धूलो चौलानी र अदुवाको रस बिहान बेलुकी लगाउने गरेमा कण्ठमाला (गाँड) बढ्ने रोग निको हुन्छ ।

अथवा- धतुराको पातको रसमा गोकुलधूप पिँधेर लेप बनाई गलगण्डमा लगाउनु ।

अथवा- सस्यूरुको चूर्ण ३ तोला, सजिउनको बियाँको चूर्ण ३ तोला, सनपाटको बियाँको चूर्ण ३ तोला, आलसको चूर्ण ३ तोला, जौको पीठो ३ तोला, मुलाका बीउको चूर्ण ३ तोला, अमिलो मोही चाहिने जति मिलाएर रगेडी लेप लगाउनाले गाँड निको हुन्छ ।

अथवा- काउछाको जरो घोटेर लाउँदा पनि फाइदा गर्दछ ।

गानु गोलामा

मोही १ मासामा पिपलाको चूर्ण मिलाई खानु, वायु गोला नष्ट हुन्छ ।

अथवा- एक चिम्टी जति हिङ्ग गानो गएको बेलामा तातो पानीसँग खानाले गानो गएको ठीक हुन्छ ।

अथवा १ मासा छिउँकेझार सखरमा मिलाएर खानाले गानो गएको आसम हुन्छ ।

अथवा- विरेनून, टिमूर र ज्वानो बराबर गरी मिलाएर पिन्धी त्यसमा घ्यूकुमारीको लेदो हाली डल्लो बनाई भुङ्ग्रामा घुसारी दिनु, पाकेपछि निकालेर आधा तोलाको गोली बनाउनु, दिनको ३ पटक १-१ गोली तातो पानीसँग खानु, यसले गानो गएको निको हुन्छ ।

अथवा- पिपला, विरेनून, सुडो, धनियाँ, मोथे, हरो एति सबै चीज सम गरी पिसी कपडाले छावु, आवश्यकतामा तातो पानीसँग आधा तोला खानु । गानुगोला, कपट, अरुची, शूल, अजीर्ण र ज्वरोमा पनि लाभ गर्दछ ।

अथवा- ज्वानो, विरेनून, जिरा, बसबस पिसेर तातोपानीसँग खानाले गानो जाने रोग ठीक हुन्छ ।

अथवा बेसारको धूलो तातोपानी या दहीसँग खानाले पनि गानु गएकोमा केही समय राहत आउँछ ।

अथवा- टिमुरको धूलो र बेसारको धूलो तातोपानीसँग खाएर गानु गएको निको हुन्छ ।

अथवा- गैंडाको नाभि आइतवार या मंगलवारका दिन हरियो वा कालो नयाँ कपडामा राखी धूप दिई कम्मरमा बाँधेर गानु गएको निको हुन्छ ।

गिँजाको रोगमा

चरीअमिलीको पातका रसले कुल्ला गन्योभने दाँतसम्बन्धी सबै रोग र गिँजा दुख्ने रोग निको हुन्छ ।

गेष्टिक (वायु) बढि भएमा

अर्जुनवृक्षको बोक्रा थिची कपडछान गरी पानीमा राखी मन्द आगोमा पकाएर माटाका भाँडाभा ढाकी राख्नु र प्रत्येक दिन १ चिया गिलाँसको मात्राले एक महिनासम्म पिउनाले जस्तै गेष्टिक भएपनि आराम हुन्छ ।

अथवा- अमला, चित्रक, पिपला, हरी, सिधेनून यी सबै बराबर मिलाएर चूर्ण बनाइ राख्नु, तातो पानीसँग नित्य ५ ग्रामका दरले बिहान बेलुकी सेवन गर्नाले अग्नि प्रदीप्त गराउँदछ, भोक जगाउनुका साथै शरीरमा ताकत र फूर्ति ल्याउँछ । मन्दाग्नी कता हो कता भाग्छ । डकार आउनु, पेट फुल्नु आदि सब समाप्त हुन्छन् ।

अथवा- गाई अथवा भैंसीको काँचो दूध एक माना जति खाने गरेमा ग्याष्टिक रोग ठिक हुन्छ ।

अथवा खाली पेटमा चनाको सातुको सर्वत, बिरेनून मिलाएर खाने, काँचो लसुन र पानी बढी खाने, बिहान-बेलुका कागती पानी पिउने गर्ने गरे जस्तै पुरानो ग्याष्टिक पनि ठीक हुन्छ ।

अथवा गाई वा भैंसीको काँचो दूध सके १ माना, नसके आधा माना खाने गरेमा गेष्टिक निको हुन्छ ।

अथवा खाली पेटमा चनाको सातुको सर्वत, बिरेनून मिलाएर खाने, काँचो लसुन र पानी बढी खाने, बिहान बेलुका कागती पानी पनि पिउने गर्ने गरे जस्तै पुरानो गेष्टिक पनि ठिक हुन्छ ।

अथवा अविपत्तीकर चूर्ण १/१ चम्चा चिसो पानीसँग खाने
गर्नाले ग्याष्ट्रिक रोगमा लाभदायक हुन्छ ।

गोडा पोल्ने रोगमा

नागेश्वरीको फूल टिपेर बाख्रीको दूध मिलाई गोडामा लगाउनाले
गोडा पोल्ने रोगमा शीतल गर्दछ ।

गोडा फुटेकोमा

बरको दूध र भैन पगालेर फुटेको ठाउँमा हालिदिनु फुटेको गोडा
ठीक हुन्छ । गोडा फुटेको सञ्चो भएपछि केही खस्रो ढुङ्गामा गोडा
(कुर्कुच्यो) धोदने पनि गर्नुपर्छ नि।

घाउ खटिरामा

निमको (रुखको) पात, बोक्रा, फल सबैथोक उपयोगी छ,
मुख्य गुण बोक्रामा पाइन्छ-रहन्छ, यो तागतमा र ज्वरोमा विशेष
लाभदायक छ । बोक्रा र पातको झोल पकाएर प्रयोग गर्नाले जुनसुकै
घाउ खटिरामा पनि फाइदाजनक छ ।

घाउमा मासु न भरिएमा

नीमको पात, तिल र मुलेठी खूब भसिनो गरी पिस्नु र मह र
घ्यू (विसम भाग) मा फेटेर घाउमा केही दिनसम्म लगाउनाले मासु
भरिन्छ ।

घाँटी दुखेमा

सुकेको सिमलीको पात धूलो पारी तमाखु खानु, घाँटीसम्बन्धी
रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- सुकेको करेला कागतीको रसमा पिनेर घाँटी सुन्निएको ठाउँमा लगाउनाले घाँटी सुन्निएको ठीक हुन्छ ।

अथवा- सुकेको सिमलीको पातको काँढामा १ मासा पिपला र श्रीखण्डको धूलो मिलाएर पियो भने घाँटीसम्बन्धी रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा फिट्किरी चूर्ण ३ मासा र पानी १५ तोला, स्वाङ ३ मासा, पानी १ माना मिलाएर १५ मिनेट जति पकाउनु, पछिबाट २ मासा जति फिट्किरीको चूर्ण ले रगेडी कुल्ला गर्नु घाँटी दुख्ने रोग निको हुन्छ ।

घोडटाप्रेको गुण

यो शीतल हुन्छ । बुद्धि, स्मरणशक्ति र आयु बढाउँछ, स्वर खोल्दछ, स्वर हलुका हुन्छ । सबैरै उठी स्नान गरी घोडटाप्रेका पात ३ वटा ल्याई गाईको ताजा घिउका साथमा ३ महिनासम्म (प्रत्येक दिन) खानाले कस्तै भूख भए पनि बुद्धिमान, लाटो भए बोल्न सक्ने हुन्छ । घोडटाप्रेका पात ल्याई खलमा कुट्नु र रस निकाल्नु, ४ माना रस असल गाईको घ्यू २ माना मिसाई पकाउनु, पानी सुकेपछि झिकी (उतारी) सेलाउनु । काठको या माटोको सफा भाँडामा राख्नु । बिहान सबैरै खाली पेटमा २ तोलाका दरले सो घिउ नित्य खानु । बुद्धि, आँखाको तेज, तागत, स्मरणशक्ति बढाई मगज ठण्डा गर्दछ । विद्यार्थीलाई विशेष फाइदा गर्दछ । औषधी सेवन कालमा सात्त्विक भोजन गर्नु अति आवश्यक छ ।

चर्मरोगमा

छालाको रोग छ भने बेसारलाई तिलको तेलमा पकाएर मालिश गर्नाले चर्मरोग ठीक हुन्छ ।

चिलाउने रोगमा

२ ३ ग्राम शुद्ध गन्धक, केराभिन्न राखेर या महमा फेटी दिनदिनै खानु । कपूर मिसाएको वा मिसाएर नरिवलको तेल लगाएर घाममा केही बेर बस्नु । अनि बिहान बेलुकी नीम पत्ता पानीले नुहाउनु लाभ गर्दछ ।

अथवा - १ तोला कागतीको रसमा २ तोला नरिवलको तेल मिलाई शरीरमा मालिस गर्ने र तातो पानीले नुहाउनु, चिलाउने रोग नष्ट हुन्छ ।

चोटपटकको घाउमा

चोट लागेको ठाउँमा वरको दूध लगाउनु दुख कम हुन्छ । गोडा फुटेको ठाउँमा, गलेनीमा, हरिनाठ आदि ठाउँमा वरको चोप भरिदिनु, केही दिनमै निको हुन्छ ।

अथवा चिसो पानीको धारा दिनु । मह, तेल (विषम भाग) रुवामा भिजाएर घाउमा लगाइदिनु ।

चोटपटकबाट रक्तश्राव भएमा

रोहिणीको बोक्राको रस, मिहालको दाना या बोक्रा र धमिराको गुँडको माटो मिलाई पिसी छानी सिसाको गिलाँसको आधागिलाँस जति खाएमा रक्तश्राव बन्द हुन्छ ।

अथवा- शिरमा चिसो पारेको रुमाल राखिराख्ने र पाती र अजम्बरीझार पिसेर सोको रस नाकबाट तात्रे र केही तालुमा लगाउनाले । पाइन्छ भने शुद्ध राम्रो घिउ तताई सहन सक्ने तातो घिउ खान दिनु, फाइदा गर्दछ ।

छाती पोलेमा

६ मासा दूबो पिंधेर मिश्री मिलाई पिउनाले हृदयको जलन शान्त हुन्छ । तर सधैं खाइरहने चीज भने होइन ।

छोप्ने ब्यथा (छोरे रोग) मा

२ तोला कागतीको रस र आँकको पातको रस २ तोला मिलाएर नाकमा पचका हान्यो भने छोप्ने ब्यथा ठिक हुन जान्छ ।

अथवा- ६ मासा जति बकाइनाको पातको काढा पकाएर खाने गरेमा छोप्ने ब्यथा नष्ट गरिदिन्छ ।

छोरा नभएर छोरी मात्र भएमा

रजस्वला भएको चार दिन पछि कागतीको जराको एक तोला रसमा आधा माना चौलानी मिलाएर पिलाउने, तीनपछि यो औषधी ख्वाएपछि (समरात्री अर्थात् ८ औं दिनमा सम्भोग गर्नु छोरो पैदा हुन्छ^१ ।

जलोदर रोगमा

घिउ कुमारीको गुदी साढे २ सेर, कालो मुनक्का साढे २ सेर,

१. यस अतिरिक्त पुत्र प्राप्तिको लागि शुक्राणु अधिक र (जीवित अवस्था) स्वस्थ भएमा छोरो र रजको अधिक हुन जाँदामा छोरी जन्मन सक्ने भएकोले पुत्रार्थीले वीर्य एवं शुक्राणुवर्धक औषधीहरू प्रशस्तरूपमा सेवन गर्नुका साथै रजस्वला भएको ६, ८, १०, १२, १४ वा १६ औं दिनको रात्रीमा संभोग गरे छोरो र विषम रात्री अर्थात् ७, ९, ११, १३ वा १५ औं दिनको रात्रीमा संसर्ग भए छोरी हुनसक्दछ । यसका लागि अरु थुप्रै कुराहरू पनि जान्नुपर्ने हुन्छ, जुन कुरा दोश्रोभागमा प्रस्तुत गर्नेछौं । सम्पादक

नौसादर आधा सेर, फुराएको हिङ आधा सेर, जल आधा सेर र विरेनून मिलाएर १५ दिनसम्म साढे २ तोलाको मात्रा गरी बिहान बेलुकी २ टायम दिनको ५ तोलाको दरले खान दिनु, फाइदा गर्दछ । रोगीको बलाबल विचार गरी आवश्यक परेमा दस्त पनि गराउनु पर्दछ ।

पथ्य- दूध, मोही, फलको रस, अवस्था हेरेर विचार गरी दिनुपर्दछ; लगभग डेढ महिनामा सञ्चो लाग्दछ, नून खान दिनुहुँदैन ।

अथवा- शरपूख (सरपोक्ता) का पात, जरो, बोक्रा इन्द्रेणीको पात जरो-बोक्रा, करीलको पात, जरो-बोक्रा, यी सबैलाई समभाग गरी कुटी छानी मन्द आगोमा पकाउनु । जब गाढा (खोटो) बन्दछ, तब बिहान, बेलुकी, दिउँसो गरी १ पाउको मात्रा गरी १५-२० दिनसम्म खानाले निको हुन्छ ।

जनै खटिरो भएमा

चित्रकारद्वारा सिंहको आकार (दुवैतिरको घाउमा नजोडिने गरी माझमा) बनाउन लगाउनु, खटिरामा चाहिँ सेतो दूबो खूब मसिनो गरी पिंथी लगाइदिनु फाइदा गर्दछ ।

जुका परेमा

१ तोला सुन्तलाको बोक्राको काँढामा १ लाल हिङ मिसी खानाले पेटका जुका नष्ट हुन्छन् ।

अथवा १ तोला विमिराको बोक्राको काढा बनाई पिउनु, जुका चूर्ना नष्ट हुन्छ ।

अथवा कागतीको बियाँको धूलो बनाई पानीसँग खानाले पनि जुका नष्ट हुन्छन् ।

अथवा- बकाइनाको गेडा ५ ६ ओटा पानीमा फेटेर खाली पेटमा खानाले जुका चुर्ना नष्ट हुन्छन् - मर्दछन् ।

अथवा तुलसीको रस ३ मासा देखि १ तोलासम्म मन्तातो गरी पिउनाले बच्चाको पेटको जुका मर्दछन् ।

अथवा- १ तोला तुलसीको रस मन्तातो पारेर त्यसमा मरीचको धूलो ३ रत्ती र कालीकाठ (वायुविडङ्ग) को दाना ३ लाल मिलाएर सेवन गर्नाले जुका मर्दछन् ।

अथवा - निमको पात, बोक्रा कुटेर त्यसको रस खानाले जुका चुर्ना मर्दछन् ।

जुम्रा चंजुम्रा नाश गर्नमा

१ सेर तिलको तेलमा धतुराको दाना २५० ग्राम हालेर पकाएको तेल सिसीमा छानेर राख्नु, आवश्यकतामा कपालमा दल्नु, जुम्रा चंजुम्रा मर्दछन् ।

जोनी दुखेमा

अदुवाका रसमा तिलको तेल पकाई मालिस गर्नाले सन्धी-बाथको पीडा, अङ्ग प्रत्यङ्ग जोनी दुखेको फाइदा गर्दछ ।

अथवा- ६ मासा धनियाँको गेडाको धूलोमा दशमासा सखर मिलाएर लगाउनाले गर्मीबाट दुखेको जोनी दुखाइ ठिक हुन्छ ।

अथवा- नागेश्वरीको गेडाको तेल लगाउने गरेमा जोनी बाथ ठिक हुन्छ ।

ज्वरो आएमा

सिमलीको पातको धूलो २ मासा र सिमलीकै पञ्जाङ्गको चटनी

वा काढा बनाएर सेवन गर्नाले एकुन्द्रो (घालो गरी आउने) ज्वरो, सुतिका, वायु बिग्री आउने ज्वरो नष्ट हुन्छ । यसैको काढा १६ मासा सिमलीको फूलको थूलो, ६ मासा हर्षो, ३ तोला गाईको गहुँत मिलाई खानाले कलेजाको रोग नष्ट हुन्छ, पिशाव सफा गर्छ ।

अथवा- ज्वरो आएको २/३ दिन भैसकेको छ भने पिपलको डाँठले दतिवन गर्नु ज्वरो बढ्न पाउँदैन ।

अथवा- अमिलाको पातको रस खाने गरेमा ज्वरो र पिशाव पोल्ने दुवै ठिक हुन्छ ।

अथवा- सुन्तलाको बीजमा मिश्री मिलाई तताई खानाले ज्वरो र खोकी निको हुन्छ ।

अथवा- कागतीको रस, अदुवाको रस, सिधेनून यति ३ थोक बराबरी गरी मनतातो पारी लगाउनु, नसजस्तो सुँध्नु, छिउँका आउँछ, कफ निस्कन्छ र कपाल दुखेको पनि निको हुन्छ ।

अथवा- १ तोला तुलसीको पातमा १ माना पानी मिलाएर कपडाले छानेर काँढा बनाउनु र अन्दाजी ५/६ तोला बाँकी रहेपछि निकाल्नु र पिउनु साधारण ज्वरो नष्ट हुन्छ ।

अथवा- कागतीको सर्वत पिउनाले प्यास र ज्वराको वेग कम हुन्छ ।

अथवा- तुलसीको हरियो पात, दश तोला मरीच, १ तोला पिपला, १ तोला जाइफल, सबैलाई कुटेर चूर्ण बनाउने र एक गेडा ठूलो चना जतिको गोली बनाउने र अर्धमा सुकाउने र १-१ गोली दिनमा ३ पटक तातो पानीसँग खानाले औलाको ज्वरो पनि नष्ट हुन्छ । (बच्चालाई मात्रा कम गर्नु) ।

अथवा- ४/५ ओटो कागती ताखु, गेडा फ्याँकी दगल्छ्याई

माटाको भाँडामा राखेर १ माना तातो पानी हालिदिनु, मनतातो भएपछि १ पाउ मिश्री या चिनी मिसाई मिचेर छानी पिउनु, यसले ज्वराको गर्मीलाई हटाउँछ, ज्वरो समेत निको पार्दछ ।

अथवा आफ्नो नाकको जुन प्वाल बढि खुला छ त्यस प्वालमा रुवा राखेर अर्को नाकको प्वालबाट श्वास फेर्न कोशिस गर्ने । यस्तो अवस्थामा भित्र मनले सेतो वस्तुको संझना गरिरहने, यसो गरेमा दश एघार दिनसम्म आइरहने ज्वरो छ भने ४-५ दिनमै बिसेक हुन्छ । ज्वरो पूरा न उत्रिज्जेर खुलेको नाकको प्वालमा राखिएको रुवा निकाल्नुभनेहुँदैन ।

अथवा ज्वरोको कारणले पेटमा ज्यादा औडाहा (गरम) भयो भने सेतो चन्दन घोटी करीब २० ग्राम जति नाभीमा लगाइदिनु, सबै शरीरमा जलन भएको छ भने नाइटोम खुट्टा नभएको काँसको कटोरा राखी अरूकसैले करीब १ हात मग्थिबाट जलधारा दिनु । करिव १० १२ मिनेटमा नै जलन कम हुनुका साथै ज्वरोबाट राहत मिल्दछ ।

अथवा- सधैं आइरहने ज्वरो छ भने १ तोला निमको बोक्रा तीन चौथाई पानीमा हालेर पकाउने र तीन तोला बाँकी रहेपछि झिक्ने र रोगीलाई ख्वाउनु ज्वरो ठिक हुन्छ ।

अथवा- पारिजातको दाना, बोक्रा या पात, घोडटाप्रे (ब्राह्मी) को पात, भृंगीराज, चरीअमिली, अविजालो एति सबै थिचेर आधा गिलाँस जति ख्वाइदिएमा जुनसुकै प्रकारको ज्वरोमा पनि फाइदा गर्दछ ।

ज्वरनाशक योग

मुर्जो, धनियौ, निमको बोक्रा, रुद्राक्ष, लालचंदन सबैको आधा

आधा तोला लिएर काँढा बनाएर पिउनु । यसले सबै प्रकारको ज्वर निश्चय शान्त हुन्छ । यदि यसको अर्क बनायो भने झन् बेश हुन्छ, धेरै दिनसम्म काम दिन्छ । जुन औषधीको अर्क बनाउनु छ त्यसलाई २४ घण्टासम्म तीन गुणा पानीमा भाटाको भाँडामा भिजाएर राख्नुपर्छ र वक यंत्रले अर्क झिक्नुपर्छ । जति औषधी छ त्यति नै परिमाणमा निकालिएको अर्क प्रथम श्रेणीको हुन्छ । त्यस अर्कमा धेरै गुण हुन्छ ।

खपडको चिराइतो

चिराइतोको सुखा धूलो एक तोला, बच (बोझो) को धूलो एक मासा पानीमा पकाएर दुई मुठी बाँकी भएपछि छानेर पिउनाले सबै प्रकारको ज्वरोलाई फाइदा गर्छ, औषधी परीक्षित छ । यदि यसको पनि अर्क बनायो भने झन् बेश हुन्छ ।

हुताशन रस

सुठो एक तोला, शुद्ध सुहाग २ तोला, मरीच १^१/_२ तोला, कौडी भष्म १ तोला, शुद्ध मीठाविष ३ मासा सबै लाई मसिनो गरी पिनेर शिशीमा राख्नु । मात्रा एक एक लाल । सबै प्रकारको ज्वरोलाई नाश गर्दछ । सुदर्शनचूर्णले सबै प्रकारको ज्वर प्रकारको ज्वर शान्त हुन्छ ।

झाडा-बान्ता-हैजामा

हैजा फैलिने अवस्थामा प्रतिदिन २ वटा कागती खानासँग खानाले हैजाको डर हुँदैन ।

अथवा- कपूर १ तोला, ज्वानो डेडपाउ, कुटेर कागतीको रसमा

मुछेर मरीच जत्रो गोली बनाई १ १ गोली १ १ घण्टामा तातो पानीसँग खान दिनु हैजा निको हुन्छ ।

अथवा गाईको मोही पिउनाले हैजा आउँदैन

अथवा हैजा भएर प्राणान्तै पारेको छ यद्वा मर्ने नै भयो भन्ने टुङ्गोमा पुगेको छ भने १ भाजा जति अमिलिएको दही र चार मुठी जति जिरेखुर्सानी पिसी दहिमा मिलाई खान दिनु यसरी २ ३ घटक खाए मात्र पनि हैजा लखेटिन्छ ।

अथवा- हैजा लागेको व्यक्तिलाई ज्वानो र कपूर खान दिएमा हैजा निको हुन्छ ।

अथवा- प्याजको रस निकालेर खाउनु, झाडा वान्ता लागेको ठिक हुन्छ ।

अथवा- प्याजको रस र अदुवाको रस बराबर मिलाएर १-२ घण्टा बिराएर ३/४ चम्चा खुवाउने गरेमा हैजा ठिक हुन्छ ।

अथवा- १ मासा फिट्किरी, १ ग्राम स्वाग, १० ग्राम जति घोडटाप्रेको रस, १ तोला जति कुमालकुटीको माटो मिलाई पिसेर, छानेर पानीमा धोलेर एकछिन राख्नु त्यसपछि सो पानी पिउनु, धेरै फाइदा गर्दछ । थिइरो खाने त होइन नि !

टन्सिल बढेमा

नूनपानीले बिहान बेलुका कुल्लु गर्ने र सिलाजित घोटेर लगाउने गरेमा टन्सिल रोग ठीक हुन्छ ।

टाउको दुख्ने रोगमा

टाउको दुखेको बेलामा दुवै हातका पाखुरामा कपडा वा कमलौ

डोरीले अलि अलि दुख्ने गरी राम्रोसँग बाँध्ने, यसरी बाँधेको ५/७ मिनेट पछि जब टाउको दुख्न कम भएको हुन्छ, तब बन्धन फुकाइदिने ।

अथवा- मिश्री १५ ग्राम, कागती या शंखत्रको अमिलो ५ ग्राम राखी पकाएर चाट्नाले टाउको दुख्नेकोमा राहत मिल्दछ ।

अथवा- बकाइनाको गोडा र पात पिसेर टाउकोमा लेप गर्नाले जस्तै पुरानो टाउको दुख्ने भएपनि ठिक हुन्छ ।

अथवा - कलमी सोडा, मरीच समभाग पिसेर १/२ चम्चा तातो पानीसँग खाने गर्नाले टाउको दुख्नेको आराम हुन्छ ।

तागत बढाउनमा

६ मासा गोरखमुण्डी (गोरखपान) को बीउ पिन्धी बराबर मिश्री मिलाएर प्रतिदिन दूधसित खानाले अत्यन्त तागत बढ्छ र मनुष्य दीर्घायु पनि हुन्छ । यसको हलुवा बनाई धेरै महिनासम्म सेवन गरिरहे मनुष्यको कामशक्ति एकदम बढ्दछ, स्तम्भनशक्ति प्राप्त हुन्छ, यौवन स्थिर रहन्छ र कपाल कहिल्यै फुल्दैन ।

अथवा मासको छाटाको पीठो घिउमा भुट्नु र त्यसमा मिश्री मिलाई १ तोलाको लड्डु बनाई बिहान बेलुका दूधसँग ४० दिनसम्म खानाले ताकत बढ्दछ, दृष्टपुष्ट समेत भइन्छ । औषधी प्रयोग कालमा पीरो अमिलो परहेज गर्नु ।

तितेपातीको गुण

वायुसम्बन्धी वात रोग, कफ, पित्त, वाथ, ढण्डी, रुघा, खोकी, शरीर - अंग प्रत्यङ्ग गनाउने, रक्तातिसार, मधुमेह, टी. बी. रोगमा समेत अनुपान मिलाई प्रयोग गर्नाले लाभ गर्दछ ।

त्वचाको रोग

मुखमा कालो दाग हुन्छ, अधिक चिन्ता, शोक या परिश्रम गर्नाले मुखमा कम उमेरमा नै कालो या रातो दाग जस्तो हुन थाल्दछ प्रायः यो यकृत वा पेटको खराबीले हुन्छ । अधिक घाममा घुम्ने वा अतिमैथुन आदिले पनि मनुष्यको चेहरा कालो, मैलो, दाग भएको हुन्छ । यी कारणहरूलाई त्यागेर यकृत आदिको औषधि गर्नुपर्छ र मुखमा कुनै किसिमको बुकुवा लगाउनुपर्छ ।

आँकको दूधमा हलेदो पिनेर लगाउनाले गालामा आएका साना साना फोकाहरू ठीक हुन्छन् ।

अथवा- कडुवा तेल २१ दिनसम्म नस लिनाले गालामा आएका साना साना फोकाहरू ठीक हुन्छन् ।

अथवा- बरको कोपिला र मुसुरो दुवै गाईको दूधमा पिनेर केही कपूर र घिउ मिलाई मुखमा लगाउनु । एक महीनामा दाग ठीक हुन्छ ।

अथवा- भेंगेराको बिस्टा सुकाएर पहुँलो सस्यूमा मिलाई मुखमा मल्नाले पनि मुखको दाग हट्दछ ।

अथवा- चामल, जौ, चना, पसुर, मटर समभाग, हलेदो आधा भाग लिएर मसिनो गरी पिनी बुकुवा जस्तो बनाएर मुखमा लगाउनाले मुख एकदम सफा हुन्छ ।

थुनिलो भएमा

पाकेको फर्सीको भेट्नु पानीमा घोटेर अलि अलि तताएर लगाउनाले थुनिलो नष्ट हुन्छ ।

अथवा अरिडको पात २ पाउ ल्याई २ पाथी पानीमा पकाउनु, पाकेपछि झिकेर छात्रुर स्त्रीलाई उत्तानो सुताई यो पानी छाती (स्तन) मा १०-१५ मिनेटसम्म धारा दिइ राख्नु, अनि अरिडको तेलले मालिस गर्नु । अधि पकाइएको पात मसिनो गरी पिंधेर पुल्टिस स्तनमा बाँधिदिनु । गाँठो फुटेर दूधको प्रवाह ठिक आउँछ । यसमा अरिडका पानीले सेके पनि हुन्छ । दूध टन्किएर रुँदै बस्नु पर्दैन ।

अथवा अमलाको हाँगाको भुन्टा पानीमा घोटेर लिएर पनि हुन्छ ।

अथवा थुनिलो भएर थुन गानिएर असाध्य वेदना भएको छ भने १ मास नौसादर दिनको ३ पटक खान दिनाले र नौसादरको मलय थुनमा लगाउने गर्नाले पनि थुनेलो निको हुन्छ ।

दम वा श्वासरोगमा

दम र हिक्का भयानक रोग हुन् । यसको चिकित्सा सावधानीपूर्वक गराउनुपर्छ । रोग भएपछि रोगीलाई सावधानीसँग बस्न लाउनु । थोरै सिधेनून मसिनो गरी पिनी गाईको घिउमा मिलाई रोगीको छातीदेखि गलासम्म मालिस गर्नु । यसबाट श्वास, दमको ज्वरो छिटै घट्दछ ।

अथवा- आँकको जरो ३ तोला, अजवायन ३ तोला, गुड ५ तोला सबै पिनर बयरको जत्रो गोली बनाउनु, बिहान बेलुका १-१ गोली खानाले दम ठीक हुन्छ ।

अथवा- थोहर (सिउँडी) को मोटो डण्डा ल्याएर त्यसमा प्वाल बनाई एक छटाक फिटकिरी भर्नु र पोल्नु, सेलाएपछि फिटकिरी झिकी २ लाल पानमा राखी नित्य खानु, २० दिनमा दम ठीक हुन्छ ।

अथवा- आँकको पहेंलो पात (आफैं झरेको) एक सेर लिएर एक तोला चून र एक तोला सिधेनून पानी सँगै पिनेर ती पातको दुवैतर्फ लेपन गरी छायामा सुकाउनु। फेरि ती पातहरूलाई एक हाँडीमा राखेर हण्डीको मुख बन्द गरी ३ घण्टासम्म पकाउनु, सेलाएपछि हण्डीबाट भस्म झिकु। एक लालको मात्रा गरी पानसँग नित्य खानु दम ठीक हुन्छ।

अथवा- भुटेको आलस (अलसी) ३ तोला, परीच १ तोला दुवै पिनेर राख्नु। बिहान-बेलुका नित्य ६ मासा चूर्ण १॥ तोला महसाथ खानु। छाती र गलाको कफ हट्छ र दम ठीक हुन्छ।

अथवा- अपामार्गको क्षार २ लाल, एक मासा महमा मिलाएर अथवा थोहर (सिउँडी) को क्षार २ लाल या सूतीको क्षार २ लाल या आँकको क्षार २ लाल, १ मासा महमा मिलाएर खानाले छातीको कफ हट्छ र दम ठीक हुन्छ। अपामार्ग आदि जुन वस्तुको पनि क्षार निकाल्न पच्यो भने सबै सुकाएर आगो लगाउनु। खरानी बटुली एक भाँडामा राखी राती भिजाइदिनु, बिहान भाँडाबाट सफा जल निकालेर आगोमा राख्नु, जब पानी एकदम सुक्दछ अनि भाँडो उतारी त्यसमा रहेको क्षार निकाल्नु। यसरी हरेक वस्तुको क्षार बन्दछ।

अथवा- गोरखपुण्डीको रस एक पाउ, असुराको, पातको रस एक पाउ, चिनी आधा सेर, पानी एक सेर सबै मिलाई पकाउनु जब एक सेर जल बाँकी रहन्छ उततारेर छानी शीशीमा भरेर राख्नु। यसबाट दुई दुई तोला सधैं बिहान बेलुका सेवन गर्नाले खोकी ठीक हुन्छ।

अथवा- मुण्डीको पञ्चाङ्ग सुकाएर मिश्री र घिउ समभाग मिलाएर राख्नु। नित्य ६-६ मासा बिहान-बेलुका गाईको दूधसँग सेवन गर्नाले दम रोग नाश हुनुका साथै नेत्रदृष्टि पनि बढ्दछ।

अथवा- धनियाँ र मिश्री चौलानीसाथ पिनेर थोरै पानीमा छानेर बालकहरूलाई पियाउनु खोकी र दम ठीक हुन्छ ।

अथवा- बनफसाको फूल ६ मासा, जेठीमधु ४ मासा, आलस ४ मासा, मिश्री एक तोला सबैलाई पिनेर एक पाउ पानीमा माटाको भाँडामा पकाएर आधा पानी बाँकी भएपछि छानेर बिहान-बेलुका पिउनु दम र खोकी निश्चय ठीक हुन्छ । यो जवान पुरुषको मात्रा हो; बालकलाई चौथाई भाग दिनु ।

मह ६ मासा, मरीचको धूलो १॥ मासा, हलेदाको धूलो १.॥ मासा, मिश्री ३ मासा, मिलाई दिनको २ पटक खानाले दम र पेट फुलेकोमा छिटो आराम मिल्दछ ।

अथवा- मह मिलाएर जौको खाजा खानाले पनि दमबाट राहत मिल्दछ ।

अथवा- बर्रा मुखमा लिई थोरै थोरै चबाई रस निकाली खायो भने खोकी र दम दोहोलो हुन सक्छ ।

यसमा वायु कृपित हुनु नै मुख्य कारण हो । यो छातीको कफ सुक्नाले हुन्छ । कफलाई पातलो गरी निकाल्नु नै यसको उत्तम उपाय हो । पिपला, जाइफल, काकडसिंगी बराबर भाग लिएर मसिनो चूर्ण बनाएर ६ लाल चूर्ण महमा मिलाएर बिहान-बेलुका खानुपर्छ ।

अथवा- अदुवाकै रसमा मह मिलाएर खानुपर्छ । श्वास, खोकी आदिमा अत्यन्त लाभदायक छ । यदि त्यसमा कस्तूरी मिलाई दिने हो भने अझ वेश हुन्छ ।

अथवा सुठोलाई तावामा आधा भुटेर (पूरा मात्रा न भुट्नु) मसिनो गरी पिनेर छातीमा मल्लाले पनि श्वासलाई फाइदा गर्छ ।

अथवा- धुवाँ नभएको आगोमा गुजुरको प्वाँख डढाएर त्यसको

खरानी २ लाल, पिप्ला चूर्ण २ लाल महमा मिलाएर चादनाले पनि
इबासलाई फाइदा गर्छ । औषधी अनुभूत छ ।

अथवा- अदुवाको रसमा मह मिलाई केही दिन खानाले खोकी
र दमको बेथा निको हुन्छ ।

अथवा- असुराको काँढामा मह मिलाई खाएमा दम टाढै भाग्दछ ।
काँढा पिएपछि तुरुन्त कुल्ला गर्नु हुँदैन ।

अथवा- पिपलको बोक्राको धूलो या खयरलाई धूलो बनाई
अथवा मयूरको घाँँखको भस्म महमा फेटी खानाले श्वास फेर्न सजिलो
हुन्छ र रोग हट्दै जान्छ । परहेज रहनु, आलु कत्ति न खानु ।

अथवा त्वाङ्ग २ वटा, पिपला २० वटा, जाइफल सानो २
वटा, मरीच १ चम्चा, सुठोको धूलो १ चंचा, कल्पी मिश्री ४ चम्चा
यी सबै मिलाएर खलमा कुटेर धूलो पार्नु र सफा सिसीमा हालेर
राख्नु । बिहान बेलुका आधा आधा चम्चाको दरले मनतातो
पानीसँग खाने गरेमा जस्तै पुरानो दम भए पनि ठीक हुन्छ ।

अथवा- अदुवाको रस र जेठीमधु मिसाएर खाने गरेमा दमको
रोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- धतुराको पात र बीउको धुप्रपान गर्नाले दमको
रोगीलाई केही लाभ पुर्‍याउँदछ ।

अथवा- सिमलीको पात कुटेर त्यसको रस दिनको १ गिलाँस
खाने गरेमा दम खोकी दुबै नष्ट हुन्छ ।

अथवा- १ मासा आँकको फूल, १ मासा सिधेनून, ३ लाल
अफिम, ६ मासा ज्वानो सबै मिलाएर पिस्ने र सानो केराउ जत्रो गोली
बनाई ४ ४ घण्टामा १-१ गोली तातोपानीसँग खानाले दम र खोकी
दुवै नष्ट हुन्छ ।

अथचा- १ तोला कपूर, १ तोला असली हिड फुराएको मिलाएर चार लालको गोली बनाउनु र दमले आक्रमण गरेको बेलामा ३-४ घण्टाको फरक पारी रोगीलाई १ माना वा ५ मुठी मनतातो पानीसँग खान दिनाले जस्तै पुरानो दम पनि ठीक हुन्छ ।

दालचिनीको गुण

बाक्लो भन्दा पातलो बोक्रो असल हुन्छ । अजीर्ण, अग्निमन्द, पखाला, आउँ र ज्वरोसमेतमा समेतमा उपयोगी हुन्छ ।

दालचिनी ३ मासा, हर्तौ १ मासा, ३ मासा पानीमा उमाली पकाउनु, छानेर १ मात्रका दरले खानु दिशा कब्जियत खलाँस गर्दछ ।

दालचिनी कुटेको चूर्ण ३ मासा, रातो खयर १ मासा उमालेको पानी आधा माना मिलाएर २ घण्टासम्म सखिरहनु, २ घण्टाजति बितेपछि दिनको ३ पटक २ चम्चाका दरले खानु पखाला लागेको सञ्चो हुन्छ ।

सूठो चूर्ण ५ लाल, दालचिनीको चूर्ण ५ लाल मिलाई बराबर पारी दिनको १ पटक तातो पानीसँग (खाना खानुभन्दा पहिले) खानु, अजीर्ण-पेट ढाडिएको निको हुन्छ ।

दाँतको रोगमा

दिनमा जति पटक दिशा वा पिसाब गरिन्छ, त्यति नै पल्ट दिशा-पिसाब न निखिउञ्जेल दुवै दाँतलाई टम्म मिलाएर दहरोसँग कस्ने, यसो गर्दा कमजोर दाँत दहरो हुनाका साथै दाँतमा कुनै पनि रोगहरू लाग्दैन । वृद्ध अवस्था भई दाँत हल्लिन लागिसकेको छ भनेतयो उपाय कामयाब न हुन पनि सक्छ ।

अथवा- १ गिलाँस पानीमा २-३ मासा फिटकिरी पगालेर कुल्ला गर्ने र तुलसीको पात चबाएर कुल्ला गर्ने गरेमा दाँतको हर्षा ठीक हुन सक्छ ।

अथवा मेथी भिजाएर त्यो पानीले बिहान बेलुका कुल्ला गर्ने गरेमा दाँत दुख्ने रोग ठीक हुन्छ ।

अथवा मरीचको धूलो र कागतीको रस पानीमा मिलाएर कुल्ला गर्ने गरेमा दाँत दुख्ने रोग ठीक हुन्छ ।

अथवा सिमलीको जरा पिंथी वा कुटी धूलो बनाएर फिटकिरी मिलाएर दाँत माझने गर्नाले दाँतका सबै रोगहरू भाग्छन् ।

अथवा- धर्यँराको फूल, कोइरालाको बोक्रा सुकाएर कुट्नु पिस्नु, छानेर त्यसमा फिटकिरी पनि पिसेर मिलाउनु, अनि दैनिक यो दन्तमञ्जनले माझनाले दाँतका रोगहरू नष्ट हुन्छन्, दाँत टलक टल्किने चम्किलो हुनुका साथै वृद्धावस्थामा दाँत फुक्लिएर दुःख पनि दिंदैन ।

अथवा - कोइरालाको बोक्रा सुकाई कुटेर धुलो पारेर फिटकिरी मिलाएर दाँत माझ्ने गरेमा दाँतको तमाम रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- सिधेनू र बेसार, तोरीको तेल मिलाएर दाँत माझ्ने गर्नाले दाँत हल्लिनेमा समेत नियन्त्रण गर्दछ ।

अथवा दाँत किराले खाएर दुखेको छ भने जुन दाँतमा किराले खाएको छ त्यही दाँतले २/३ वटा त्वाङ्को फुली चपाइदिनु दाँत दुख्न बन्द हुन्छ ।

अथवा- तुलसीको पात र चमेलीको पात मिलाएर चपाउनाले दाँतका रोग, गिँजा दुख्ने, मुखको दुर्गन्ध, जिघ्राको रोग र ओँठका रोगहरू पनि नष्ट हुन्छन् ।

दाँतको कीरा झार्ने औषधि

तुलसीको रसमा कपूर मिलाएर रुबोमा भिजाइ दाँतमा राख्नाले दाँतका कीराहरू मर्दछन् ।

अथवा - मरीच र कायतीको रसमा पानी मिलाई तनाएर कुल्ला गर्नाले दन्त पीडा कम हुनुका साथै कीरा पनि झर्न सक्छ ।

अथवा दाँतको छिद्रमा कपूरको टुक्रा राख्नाले दाँतको पीडा र दाँतको कीरा नष्ट हुन्छ ।

अथवा हर्रोको चूर्णमा मह मिलाई एकछिन तामाका भाँडामा राखिदिनु, अनि गोली बनाई कीराले खाएको दाँतमा राखी अर्को दाँतले च्यापेर राख्नाले दाँतका सब कीराहरू मर्दछन् ।

अथवा - स्याँडीको जसोको धूलो दाँतमा राख्नाले कीराहरू झर्दछन् ।

अथवा - रातीगेडीको जसो ल्याई कानमा बाँध पनि कीरा झर्दछन् ।

अथवा - फुराएको हिङ दाँतमा राख्नु; कीरा मर्न सक्दछन् वा दाँतको असह्य पीडा आराम हुन्छ ।

दादको औषधी

माजुफलको चूर्ण ८० ग्राम, अमिलीको बोक्राको धूलो १० ग्राम, कपूर ५ ग्राम, नरिवलको तेलमा मिलाएर लगाउनु ।

अथवा - बेसारलाई तिलको तेलमा पकाएर मालिस गर्नाले दाद ठिक हुन सक्दछ ।

अथवा - तुलसीको पात दल्ने गरेमा पनि दाद हराउन सक्दछ ।

अथवा - अमला, स्याँडीको दूध, सालधूप, घोडटाप्रे, गन्धक यी

५ थोक अमिलो मोहीमा पिंधेर लेप लगाउनाले दाद, सुकेलुतो निको हुन्छ ।

अथवा- नरिवलको बोक्रा पोलेर खरानी पार्ने र त्यो खरानीको धुलो अर्रेणको तेलमा मिलाएर दाद आएका ठाउँमा लगाउनाले दाद हराएर जान्छ ।

अथवा- मनशिला, सालधूप, मरीच, तिल, तोरीको तेल, अँकको दूध यी पाँच थोक पिनेर आवश्यकतामा दादमा लेप लाउनु, दादमा लाभ गर्दछ ।

अथवा लेक पाङ्गो, टाप्रे, कुट्ट, यी ३ थोक गर्दैतमा पिंधेर दादमा माशिल गर्दै लेप लाउनु ।

अथवा- वायुविडङ्ग, टाप्रे, कूट, हलेदौ, सिधेनून, सरयू यी ६ थोक कागतीका रसमा पिंधेर दादमा लगाउनु ।

अथवा सेतो दूबो, हरो, सिधेनून टाप्रे, वनतुलसी यी सबै एकत्र गरी अमिलो मोहीमा पिसेर लेप लगाउनु, यसरी ४ ५ दिनसम्म दिनको ६-७ पटक लगाउनाले दाद निको हुन्छ ।

अथवा- दादलाई खूब कन्याएर पहाडिया कागती दल्ने गर्नु, दाद निको हुन्छ । (चह्यायो भने दादलाई बल्ल खाइस्! भन्नु) ।

अथवा- मूलाको बीउलाई कागतीको रसमा पिसी दादमा लगाउनु, दाद निको हुन्छ ।

अथवा- दहीमा निमको पात पिसेर दादमा लगाउनु निको हुन्छ ।

अथवा- १ छुटाँक चमेलीको तेलमा १ तोला कपूर मिलाई दाद भएको ठाउँमा लगाउनाले निको हुन्छ ।

अथवा सुहाग (स्वाग), चमेलीको तेल, गुलाफको फूल र

अलिकता कपूर यी सबैलाई एकत्र गरी कागतीको रसमा पिसी लगाउनाले दाद (र चिलाउने रोग) नष्ट हुन्छ ।

अथवा- बेङ्गको दूध दादमा मल्नाले या मैनसील पानीमा घोट्टेर लाउनाले दाद आराम हुन्छ ।

अथवा- नीलोतुथो, गन्धक, कपूर १०-१० मासा पिनर गाईको सय पटक घोलेको नौनीमा मिलाई नित्य मल्नाले र एक घण्टा घाममा बसेपछि स्नान गर्नाले पनि दाद निश्चय आराम हुन्छ । स्नानभन्दा पहिले गोमूत्र मलिदिनाले झन् उत्तम हुन्छ ।

अथवा- नीमको मद शरीरमा मल्नाले या नीमको अर्क पिउनाले दाद आराम हुन्छ ।

अथवा- सालधूप, गन्धक, भुटेको सुहाग, फिटकिरी पिनर घिउमा मिलाएर लाउनाले पुरानो दाद पनि आराम हुन्छ ।

दाह प्यासमा

धनियाँ २ तोला, माटाका भाँडामा हाली पानी हालेर भिजाई रातभर राख्नु १ तोला मिश्री मिलाई छानेर खानु; प्यास, छटपटी, डाहा शान्त हुन्छ ।

दिशा खलाँस गर्नुपरेमा

दालचिनी ३ मासा, हर्ष १ मासा, ३ मासा पानीमा उमाली पकाउनु, छानेर १ मात्रा का दस्तले खानु; दिशा कब्जियत भएको खलाँस गर्दछ ।

अथवा- बेलुकी सुले बेलामा १ गिलाँस तातोपानीमा ३-४ चम्चा कागतीको रस मिलाई पिउनाले दिशा खलाँस हुन्छ ।

अथवा- दुई दाना कागतीको बाहिरको बोक्रा ताछेर भित्रको सेतो बोक्रा सहितको केसा दगल्च्याई कुनै सफा सिसाको गिलाँसमा राख्नु, त्यसमा पानी पनि हालेर राती ओसमा राखी बिहान भित्रेर छान्नु र सो पानी सटक्कै पिइदिनु, यसले दिसा खलाँस गर्दछ, आन्त्राको कमजोरी समेत हटाउँछ ।

अथवा २ वटा कागतीको रसमा तातो पानी र चिनी मिलाई पिउनाले दिशा खलाँस हुन्छ ।

अथवा - पाकेको फर्सीको तरकारीमा सुठोको चूर्ण हालेर खानाले दिशा खलास हुन्छ

अथवा जसलाई कब्जियत हुने गर्दछ उसले प्रत्येक दिन बिहान ५/६ वटा पाकेको केरा खाने गरेमा कब्जियत रोग ठीक हुन्छ ।

दुब्लो व्यक्तिलाई पथ्यापथ्य पदार्थ

दुब्लो शरीर भएकालाई पौष्टिक भोजनको आवश्यकता हुन्छ, तर पौष्टिक भोजन पचन गान्हो हुन्छ र दुब्लो मान्छेको जठराग्नि पनि मन्द हुन्छ । यसैले उनीहरूलाई पौष्टिक तर सजिलोसँग पच्ने पदार्थ पथ्य हुन्छ । गहुँ, चामल, मकै, रहर, मुँगी उनीहरूको लागि सदा पथ्य हुन्छ । दूध, चाँडै पचिदछ र पौष्टिक छ । उनीहरूले दिनमा अलिअलि गरेर धेरै पटक दूध पिउनु पर्छ । घिउ, 'तर', मखन पौष्टिक छन् । आलु, काँक्रो, अंगुर, सुन्तला उनीहरूको लागि पथ्य छ ।

दुर्बल मनुष्यले नित्य आधा सेर दूधसँग सतावरी (कुरिलो) को जराको चूर्ण या पंजामुसली (हाथजोडी) को चूर्ण एक तोला खाने गर्नुपर्छ । तर दुर्बल व्यक्तिले खाएर सुतिरहनु हुँदैन । भोजनको परिमाण अनुसार केही शारीरिक परिश्रम पनि गर्नुपर्छ र पौष्टिक पदार्थ पनि यस्तो खानुपर्छ जुन पचनमा हलुको होस् । जति जति

शरीरमा बल आउँछ त्यति त्यति विशेष पुष्टिकारक भोजन गर्ने र विशेष परिश्रम या व्यायाम गर्ने गर्नुपर्दछ ।

दुर्बल व्यक्तिले धेरै लंघन गर्नु हुँदैन, धेरै व्यायाम र धेरै परिश्रम पनि गर्नु हुँदैन ।

दृष्टि मन्द भएकोमा

१० ग्राम तोरीको तेल र ४० ग्राम जति ताजा गाईको गोबर मिलाई निचोरी कपडछान गरी सो रस मन्द-मन्द आगोमा पकाई जब तेल मात्र रहन्छ, तब त्यसलाई दैनिक आँखामा लगाउनाले दृष्टि तेजिलो हुन्छ ।

अथवा- त्रिफलाका चूर्णमा मह र घ्यू (विषम भाग) लिई आँखाका वरिपरि लगाउने गर्नाले दृष्टि तेजिलो हुन्छ ।

दुभी र सेतोदाग सम्बन्धमा

लक्षण- यो रोगले यद्वा दुभीले शरीरमा पहिले त थोप्लो थोप्लो भएर देखापर्दछ । कसै कसैमा त यो दुभी आफैं हराएर जान्छ, तर कोही कोहीमा भने क्रमशः सानो सेतो टाटो (दाग) को रूपबाट फैलिँदै जान्छ र केही समयसम्ममा नै सारा शरीरभर फैलिँदै जान्छ । तर कोही कोहीमा भने जति पैला देखा परेको (उब्जेको) थियो, त्यत्तिकै मात्र (यथावत्) रहेको पनि पाइएको छ ।

यो रोग पूर्णतः सरुवा त होइन, तर सर्दैन-सरुवा होइन भनेर नकार्न पनि सकिँदैन । लोग्नेस्वास्नीमध्ये कुनै एउटालाई सेतो दाग भएको भए अर्कोलाई पछिसम्म पनि (आंशिकरूपमा) पनि सरेको पाइएन। तर आफ्ना कुनै वंशमा पनि देखा नपरेको भए तापनि जन्मेको मात्र ६-७ महिना भएको बालकमा पनि यो सेतो दाग रोग अचानक

सेतो सानो टीकाको रूपमा भएको फेला परेको छ । वंशाणुगत, सरुवा वा खानपिन (बिसम भोजन) बाट हुन्छ कि भन्ने पूर्णतः नकार्न पनि सकिएको हुँदैन । जेहोस् यो एउटा पीडादायक रोग न भए पनि देख्नमा न राम्रो र सानो यद्वा मामुली रोग भने र नीचमान्न वा औषधी गर्न छोड्न भने पक्कै सकिँदैन ।

माथि उल्लेख गरि सकिएको छ कि कोही कोहीलाई यो सेतो दाग कुनै एक ठाउँमा मात्र धेरै वर्षसम्म न फैलिइकन रहिरहन्छ भने कसैलाई यो रोग देखापरेको ३ ४ दिनमै छषकै शरीर ढाकेको (फैलिएको) पाइयो । धेरै जसोलाई वर्षादको समयमा चिलाउने गर्दछ भने कसैलाई सेतो दाग भएको ठाउँमा स्पर्श ज्ञान नभएको हुनसक्छ ।

यो रोग लागेका मध्ये सबैलाई औषधी गरेर पूर्णतः सञ्चो हुन्छ भन्न सकिँदैन । किनकि यो रोग साध्य र असाध्य (अर्थात् औषधी गरेर सञ्चो हुने र नहुने २ प्रकारका) हुन्छन् । ज्यादा चम्किलो (से तो टाटो) भएको, हातका नङ्सिलीमा भएको, आँला आँलामा फैलिएको, आँठमा, आँखाको परेलीमा, गुप्तस्थान आदिमा भएको र जुन ठाउँमा सेतो टाटो छ त्यसठाउँबाट सेतो रँग आएको र वर्ष पुरानो भएको छ भने त्यो असाध्य यद्वा औषधी गरेर ठिक हुँदैन भने पनि हुन्छ ।

अतः यस अवस्था बाहेकका रोगीले (सेतो दाग देखा पर्ने बित्तिकै) भरसक छिटो उपचार गर्नु श्रेयस्कर हुन्छ ।

सेतो दाग भएका रोगीहरूले (सकसम्म) जिन्दगीभरनै माछा खानु हुँदैन । किनकि माछाको मासुले उक्त रोग फैलाउनमा उत्तम मनिएको छ । रोग निको भएर पनि भरसक न खानु । साथै अन्य चीजको मासु, ज्यादा, पीरो, ज्यादा नुनिलो, धेरै अमिलो, ज्यादा

गुलियो, भेण्टा, मासको दात, करैला, काँक्रा आदिका खाँदैका - (अम्ल्याइएका) चीजहरू र तामा आदि चीजहरूको परहेज गर्नु बढिया हुन्छ । औषधी प्रयोग गरुन्जेल यी माथि बताइएका विषयहरूको परहेज त अवश्य फालन गर्नु पर्दछ । यो रोग न लागेकाहरूले पनि माछा या मासु सँग दूध मिसाएर वा आधाघण्टा अघि वा पछि पनि दूध खानु योग्य हुँदैन । यसरी खाईंदा रोग न भए पनि तुरुन्त पैदा गर्दछ भन्ने कुरा आयुर्वेद ग्रन्थहरूमा उल्लेख भएको पाइन्छ ।

अब यहाँ दुधी र सेतो दाग नाश गर्नमा लाभदायक उपयोगी मानिएका केही औषधीहरू उल्लेख गरिन्छ—

कुटको चूर्ण ३ तोला, मूलाको बिउको चूर्ण ५ तोला, दहीदयालाको चूर्ण ३ तोला, हलेदो ३ तोला, नागकेसर चूर्ण ३ तोला, सस्यू चूर्ण ३ तोला यी सबैथोक मसिनो गरी पिसी छानी राख्नु, आवश्यकतामा थोरै लिई गोमूत्रमा पिसी दागमा दैनिक लगाउने गर्नु ।

अथवा- अपामार्गको रसमा मूलाको बीउ खूब मसिनो गरी पिसी दुधी भएको ठाउँमा लगाउनु ।

अथवा- कागतीको रस तिलको तेल मिलाएर लगाउने गरेमा दुबि नष्ट गर्छ ।

अथवा हलेदो र मूलाको बिउको चूर्ण समभाग लिई केराको गानाको रसमा पिसी दुधी भएका ठाउँमा लगाउनु, लाभ गर्दछ ।

अथवा कागतीको रसमा तिलको तेल मिलाएर दले (मालिस गर्ने) र करीब २ घण्टा पछि नुहाउने गर्नाले विफर आदिको नयाँ खत र दुधी आदिको दाग पनि नष्ट हुन्छ ।

अथवा- मूलाको बीउ, अपामार्गको रसमा या दहीमा पिसेर लगाउनाले सेतो दाग नष्ट हुन्छ ।

अथवा-गन्धकको चूर्ण र जवाखरको चूर्ण तोरीको तेलमा पिसेर लगाउनाले सिध्म आदि गरिएका कोढ़ र सेतो दाग नष्ट हुन्छ ।

अथवा सोधित हरताल, सोधित गन्धक र बेसार गोमूत्रमा पिसेर लगाउनाले सेतो दाग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- सिधेनून, गाईको गोबरको भस्म र बेसार एकत्र गरी पिसी महमा फेटी लगाउनाले सेतो दागसम्बन्धी रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा नौसादर महमा फेटी लगाउनाले सेतो दाग नष्ट हुन्छ ।

अथवा गन्धक रसायन बटी २/२ गोली बिहान बेलुका खाली पेटमा दूधसित सेवन गर्नाले दाग निर्मल हुन सक्छ । साथै बाकुची तेल दागमा लगाउनाले अझ लाभदायक हुनजान्छ ।

अथवा- शिलावटी (शिलाजीत + र गज्जन) लाई गाईको ताजा गहुँतमा घोलेर रात्रिमा लगाई सुत्ने र भो लेपल्ट बिहानै फिटकिरी पानीले धुने गर्नाले सेतो दागहरू हराउन सक्छन् ।

अथवा- कत्था र अमलाको काढामा बाकुची चूर्ण मिलाई धेरै दिनसम्म खाने गर्नाले सेतो दाग नष्ट हुन्छ, यो लाभदायक औषधी हो ।

अथवा- नौसादरका धुलोमा मह मिलाएर लगाएमा श्वेतकुष्ठको दाग हराएर जान्छ ।

अथवा- आफैं मरेको (तर मरेको ४ ५ दिन भित्रैको) कुकुरको हड्डीको भस्म, केराको कोसाको भस्म र कौवाको विष्टी एकत्र गरी पिसी महमा फेटी कम्तिमा ४० दिनसम्म लगाउने गर्नाले जस्तै सेतो दाग पनि निको हुन्छ ।

अथवा- फोटो धुने केमिकल लगाउने गरे पनि केही समयको दुभी निको हुनसक्छ ।

अथवा - सेतो दूबो, गाईको दूधको फिनमा पिसी लगाउने गर्नाले दुभी र सेतो दागमा लाभ गर्दछ ।

अथवा - घोडटाप्रे, लसुन, सिधेनून र चितोको जरो यी सबै एकत्र गरी पिसी यिनैका रसमा मिलाएर लेप लगाउने गर्नाले सेतो दाग निको हुन्छ ।

अथवा - निमको पात १ तोला, कालो तिल ६ मासा, समुद्रनून ६ मासा र पुरानो गुड २ तोला मिलाएर राख्नु, उमेर अवस्था हेरी १ १/२ तोला २ मासा देखि सम्मको मात्रा गरी खाने गर्नाले सेतो कोढ़ हराउँछ ।

यस रोगमा खयरको काँढा र जौको भोजन दिनुपर्छ । खयर र अमला एक एक तोला लिएर काँढा बनाउनु । घाकेपछि काँढामा एक तोला बाकुचीको बीजको चूर्ण मिलाएर थोरै मह पनि मिलाई पियाउनु । ११ दिनसम्म पिउनाले श्वेतकुष्ठ आराम हुन्छ ।

अथवा- केराको भस्म, काँवाको विष्टा, बेडूको जरो एकै ठाउँमा पिनी लेप गर्नाले ४० दिनमा श्वेतकुष्ठ आराम हुन्छ ।

अथवा- लोहाचूर्ण, कालो तिल, रसोत, बाकुची, अमला सबै भृङ्गराजको रसमा पिनेर एक महिनासम्म लगाउनाले वा पैनसील र अपामार्गको भस्म समभाग गोमूत्रमा पिनी लेप गर्नाले श्वेतकुष्ठ आराम हुन्छ ।

अथवा- श्वेत करवीरको जरो, मिठाविष, आधा पाउ पानीसँग मिलाई सिलौटामा पिनी एक पाउ बेडूको जरा पनि पित्रु र दुई सेर तिलको तेल र चार सेर गोमूत्र मिलाएर पकाउनु तेलमात्र बाँकी भएपछि झिकी छान्नु, यो मालिस गर्नाले पनि श्वेतकुष्ठ को दाग नष्ट हुन्छ ।

अथवा खयरको बोक्रा र बाकुचीको चूर्ण एकत्र गरी पिसी छानी (गुच्चा जत्रोको अनुपान गरी) अमलाको काढासँग खाने गर्नाले सेतो कोढ़ आराम हुन्छ ।

अथवा- नीलोतुथो १० तोला, नीसादर १० तोला, सुहाग १० तोला, गन्धक १० तोला, नरीबलको भित्रीभागको चूर्ण २ सेर यी सबै कुटेर पीधमा प्वाल भएको एक हाँडीमा पहिले नरीबलको चूर्ण त्यसमाथि अरू चीजहरू कुटेर हाल्नु । हाँडीको पीधमा एक दुई मसिनो तार लगाइदिनु ताकि प्वाल बन्द न होस् । त्यो छिद्र मुनि एउटा सीसाको गिलास भुईँमा खाल्डो खनेर राखिदिनु; गिलासदेखि लिएर माथिको हाँडीको मुखसम्म गिलो माटोले संपुट गरिदिनु । अनि माथिबाट एक बोरा गुइँठा बालेर आगो लगाउनु, औषधिको तेल गिलासमा भरिन्छ । यो तेल दाद, लुतो, सेतो दाग आदिमा लगाउनाले शतप्रतिशत लाभ हुन्छ । यदि यो तेल लगाउँदा धेरै पोल्थो भने माथिबाट मखन लगाउनु औषधी अमोघ छ ।

अथवा- खयरको बोक्रा, नीमको फूल-पात-बोक्रा-फल र जरो (राम्रोसँग धोइ पखाली गरी) आधा-आधा सेरको मात्रा लिनु, अनि मरीच, हर्ष, बर्रोको बोक्रा, अमला र बाकुची चूर्ण १-१ पाठ लिनु र माथि बताइएका सबै औषधीहरू पनि एकत्र गरी पिसी छानेर राख्नु, जेठीमधुको क्वाथसँग नित्य चार महिनासँग खाने गर्नाले सेतो कुष्ठ मासा अवश्य निको हुन्छ । मात्रा-अवस्था उमेर हेरी ३ मासा देखि ६ मासासम्म गर्नु । पूर्ण परहेजमा रहनु ।

चीताको बोक्रा दुई भाग, सेतो रत्तीको जरोको बोक्रा एक भाग, चावची तीन भाग, जंगली अंजीरको जरोको बोक्रा एक भाग यी सबै मिलाएर गोमूत्रमा खल गरी सेतो दागमा लगाउनु । फोका फुटेर जब दूषित पानी (पीप आदि) निक्लन्छ अनि नीमको तेलको

अथवा- पुनर्नवाको जरो आधा पाउ सरस्यूको तेलमा मिलाएर पिनेर एक छटाक सिन्दूर मिलाएर मलहम बनाउनु र सेतो दागमा लगाउनु आराम हुन्छ ।

अथवा यो तल लेखिएका कुनै एक वा दुई औषधी प्रयोग गर्नाले दुभी र सेतो दाग रोग निवारणमा केही लाभदायक मानिंदै आएको छ -

- | | |
|----------------------------|-------------------------------|
| १) बृहद् मरिचादि तेल | १६) कन्दर्पसार तेल |
| २) मरिचादि तेल | १७) सोमराजी घृत |
| ३) सोमराजी तेल | १८) शशाङ्क रस |
| ४) विष तेल | १९) शिवत्रकुष्ठारि रस |
| ५) श्वेतकरवीराद्यतेल | २०) श्वीत्रहर तैल |
| ६) सिन्दूराद्य तेल | २१) श्रीत्रगजसिंह तेल |
| ७) मञ्जिष्ठादि क्वाथ | २२) शरिवाद्य तेल |
| ८) पञ्चनिम्ब | २३) सर्षपादि चूर्ण |
| ९) पथ्यादि लेप | २४) हरिद्रा चूर्ण |
| १०) एकविंशतिक गुग्गुलु | २५) श्रीत्रहर बटि |
| ११) कैशोर गुग्गुलु | २६) हरिद्राबटिका |
| १२) बृहद् मंजिष्ठादि क्वाथ | २७) श्रीपर्ण तेल |
| १३) पञ्चतित्त घृत | २८) सर्वाङ्ग सुन्दरी गुटिका |
| १४) पञ्चतित्त गुग्गुलु | २९) चन्द्रप्रभावटि |
| १५) तालकेश्वर रस | ३०) सिद्ध तालेश्वर रस इत्यादि |

यससम्बन्धी अरु औषधीहरू पनि यसै पुस्तकमा अन्य शीर्षकबाट पनि उल्लेख गरिएको छ ।

दूध बढाउनु परेमा

मासको दाल गल्ने गरी पकाएर खाने गरेमा स्त्रीहरूको दूध बढेर आउँछ र बच्चा पनि हृष्टपुष्ट हुन्छ ।

धनुष्टंकारमा

चितोको जरा, जाखीको जरा, दूधेझारको डाँठ थिचेर या त्यसै चबाएर खाएमा राहत मिल्दछ ।

धातुपुष्टमा

अस्वगन्धा ४० तोला, बिधायरा ४० तोला र मिश्री ४० तोला गरी सबै एकत्र पार्नु, पिसेर छान्नु, अनि बिहान बेलुका मनतातो दूधसँग करीव १ महिनासम्म लगातार सेवन गर्नाले धातु पुष्ट भई जवानीको जोश आउने छ । संभोगमा वीर्य धेरैबरसम्म रोकिइरहनेमा पूरा सहयोग गर्दछ ।

अथवा तुलसीको बीज र तृमेरिहाँ पिसेर त्यसमा मिश्री पनि मिलाई बिहान बेलुकी मनतातो दूधसँग सेवन गर्नाले धातु पुष्टि हुनुका साथै संभोगशक्तिमा समेत वृद्धि हुन जान्छ ।

अथवा आधा माना मासको छाँटाको पीठो, आधा माना गहुँको पीठो, उत्ति नै जौको पीठो, १ चौथाई चामलको पीठो, आधा चौथाई पिपलाको धूलो, आधा माना घ्यूमा भुटी बाग्ना आएपछि (केही रातो भएपछि) १ माना चिनी या मिश्रीको चास्नी हाल्नु, एकनासे भएपछि ४ तोलाको लडु बनाउनु, बिहान बेलुका दूधसँग खानु, धातु पुष्टी हुन्छ, संभोगशक्ति खूब बढ्दछ ।

अथवा १-१ तोला सोधित शिलाजीत गाईको गर्डतसँग खाने गरेमा धातुरोग ठिक हुन्छ ।

अथवा २ तोला बराबरको कमलको पात थिचेर राती पानीमा भिजाउनु र बिहान छानेर मिश्री मिलाएर पिउने गरेमा धातुरोग र पिशाब पोल्ने पनि ठीक गर्छ ।

अथवा मासको पीठो, २ तोलामा, १ मासा घिउ, ६ मासा मह मिलाई खानु, त्यसपछि दूध पिउनु । ४ महिनासम्म खानाले धातुपुष्ट हुनुका साथै घोडाको जस्तो तागत हुन्छ । ब्रह्मचर्य पालन गर्नु आवश्यक छ ।

अथवा पीपलको फल, मुन्दा र जरा ६ ६ मासा ल्याई धूलो पारी छानी त्यसलाई दूधमा पकाउनु र सो पाक खाने गर्नु ।

अथवा- बकेर्नो गाईलाई मासको घाँस खान दिने गर्नु, त्यसको दूध खाने गर्नाले धातु पुष्ट हुनुका साथै जोडदार तागतिलो भइन्छ ।

अथवा- मनतातो दूधमा मह मिलाई खानाले धातु पुष्ट र तागत बढ्दछ । (तर ज्यादा तातो दूधमा भने मह मिसाएर खानु हुँदैन) ।

अथवा भिण्डो? गोईठाका आगामा पकाउनु काउछाका बिजाँ, गाईको ५ सेर दूधमा पकाउनु, अमला दाना बराबरको प्रमाण गरी मिलाएको मनतातो दूधसँग खानु खूब स्तम्भन हुनुका साथै कामदेव आगदछ ।— (प्रा. ह. लि. पु.)

अथवा- नागार्जुन, अस्वगन्ध, गाईका दूधमा पिसी खीर पकाउनु, प्रातः उठी चिसोपानीसित ३१ दिनसम्म खानाले धातुपुष्ट हुनुका साथै कामदेव बढ्दछ ।

धेरै तिर्खा लाग्ने रोगमा

मह मुखमा १० मिनेटसम्म राखिरहने र पछि कुल्लु गर्नाले घोर प्यास पनि शान्त हुन्छ ।

अथवा अमलाको रस एक मासा घिउ, एक मासा सिधेनून मिलाएर पिनी शिरमा लगाइदिनु, यसले कण्ठ, तालु आदि सुक्ने तत्काल आराम हुन्छ ।

अथवा २ तोला धनियाँ हाँडीमा पकाएर, छानी चिनी मिलाएर अलिअलि गरी पिउनाले प्यास र दाह शान्त हुन्छ ।

अथवा- पीपलको बोक्रा जलाएर भस्म गराउनु, त्यस भस्मलाई पानीमा मिलाउनु जब पानी निश्चिन्ध अनि दोस्रो हाँडीमा राखिदिनु । यो पानी २-२ तोला पिउनाले प्यास र बमन शान्त हुन्छ ।

अथवा सानो ब्राह्मीको पात कुटेर रस निकाली त्यस रसमा सेतो जीरा र मिश्री मिलाएर १ १ मासा दिनमा पटक-पटक पिउनाले प्यास शान्त हुन्छ ।

नुपंसकतामा

घोडाको रालमा सेतो सस्यु, मजिठो, जाइफल र पठेराको पात यति एकत्र गरी पिसनु र लिङ्गमा लगाउनु त लिङ्ग एकदम मात्तिन्छ ।

अथवा मह, कुचिला, अपामार्ग, सेतो सस्यु, विहीँका फल, पीपला, अश्वगन्ध, सिधेनून, मरोच, सुँगुरको मासु यति एकत्र गरी पिसी लिंगमा लेपन गर्ने गर्नु, तन्त्रेरीका झैं तेज हुन्छ ।

नाडी मन्द भएमा

शुद्ध कपूर १ तोला, फुराएको असल हिडआधा तोला, असल कस्तुरी, अदुवाको रसमा मिलाई २ लालको गोली बनाई १-२ गोली (तातो) पानीसँग खानाले नाडी आउँछ । बिरामी बेहोस भएको भए उक्त औषधी जिभ्रामा ४ ४ घण्टामा लगाइदिंदै गर्नु; नाडी साबिक हुन सक्छ, रोगीको होश पनि फर्कन्छ ।

नाडीब्रण

जुन घाउ कहिल्यै भरिंदैन, बढ्दै जान्छ, निरन्तर पीप बहन्छ,

यसलाई नाडीब्रण भन्छन् । सिउँडीको दूध, आँकको दूध, दासुहल्दी तीनैलाई कपडामा लपेटेर नाडीब्रणको भित्र राखिदिनाले घाउ आराम हुन्छ ।

अथवा- मनुष्यको शिरको खप्परको हाड गोमूत्रसँग पिनेर लेप गर्नाले पनि नासुर (नाडीब्रण) ठीक हुन्छ

अथवा- मह र सिधेनून मिलाई कपडामा लपेटेर ब्रणमा राखनाले पनि घाउ आराम हुन्छ ।

अथवा- शुद्ध गुग्गुल, त्रिफला, त्रिकुटा समभाग मिलाएर पिनी, छानी यो चूर्ण घिउमा मिलाई ३-३ मासाको गोली बनाई यो गोली नित्य गुर्जोको काँडासँग खानाले दुष्टब्रण आराम हुन्छ ।

अथवा- भँगेराको बिष्टा मसिनो गरी पिनेर लेप गर्नाले पनि घाउ ठीक हुन्छ ।

नाश्रो फुटेको बन्द गर्नमा

पानी तताई सहन सक्ने भएपछि हात गोडा चोभिदिनु, नाकबाट बगेको रगत बन्द हुन्छ ।

अथवा कागतीको रसको नस हाल्नाले नाश्रो फुट्ने रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा १ मासा मरीच पिसेर, त्यसमा १ तोला पुरानो शखर पनि मिसाई दहीसँग खानाले नाश्रो फुट्ने रोग निको हुन्छ ।

अथवा- निमको पात र ज्वानो पिँधेर कञ्चटमा लेप गर्नाले नाश्रो फुट्ने रोग निको हुन्छ ।

अथवा- धनियाँको पात कुटेर त्यसको रस नाकमा हाल्नाले नाश्रो फुट्ने रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा नाकमा गेंदाको पातको रस या अनारका कोपिलाको रस या दूबोको रस या बनचौराईको रस यी ४ थोकमा जुन जुन पाइन्छ त्यही त्यही चिजको रस निकाली छान्नु र नाकमा २ टायम वा आवश्यकतामा नाकमा गख्खु निको हुन्छ ।

अथवा- (सफा) हरियो दूबो पिस्ने र त्यसको रस कपडाले छानी नाकमा २-४ थोपा हाल्ने गरेमा नाकबाट रगत आउन बन्द हुन्छ ।

अथवा- तुलसीको रस नाकमा हाल्ने गरे पनि नाकबाट रगत आउन बन्द हुन्छ ।

निनवाको औषधि

जिभ्रामा, ओठमा, घाँटीमा, गिँजामा साना साना खटिरा हुने रोगलाई निनवा भन्दछन् । यसको औषधी - चमेली फूलको पात या फूल मसिनु गरी चबाउनु, केही खानु, केही खटिरामा लगाउनु, यसरी ४-५ दिनसम्म प्रयोग गरेमा निको हुन्छ ।

नेत्ररोगमा

नेत्र र पाउको नाडीमा आपसमा घनिष्ट सम्बन्ध हुन्छ । यसकारण नेत्रको आरोग्य चाहनेले पाउ खूब धोएर सफा राख्नुपर्दछ । पाउमा तेल मालिस गर्नुपर्छ । नाङ्गो पाउले गर्मपिमा प्रातःकालमा शीत परेको दूबो भएको जमीनमा नित्य भ्रमण गर्नुपर्छ ।

हर्षो एक भाग, अमला ४ भाग पानीमा पिनी साना गोली बनाउनु । यो गोली पानीमा घोटोर आँखामा लाउनाले आँखाबाट आँसु बहने र नेत्रपीडा शान्त हुन्छ ।

अथवा- निर्मलीको फल महमा घोटोर त्यसमा थोरै भीमसेनकपूर

र ममीरी घोटेर आँखामा नित्य लगाउनाले नेत्रको अनेक रोग आराम हुन्छ, दृष्टि बढ्दछ ।

अथवा- भीमसेनीकपूर बरको दूधमा पिनेर आँखामा लगाउनाले नयाँ फूलो ठीक हुन्छ ।

अथवा- ममीरी, स्त्रीको दूध वा बाख्राको दूधमा घोटेर आँखामा लगाउनाले नयाँ फूलो र आँखामा जालो पर्ने आराम हुन्छ ।

अथवा- ल्वांग, पिप्ला, मरीच, नीलोतुथो ३-३ तोला आमहल्दी, शिरीषको बीज, भुटेको फिटकिरी, शुद्ध नौसादर, सोडा, समुद्रफेन, मूँजको खरानी, कालो सुर्मा ६-६ तोला लिनु पहिले सुर्मा मसिनो गरी पिनी छुट्टै राख्नु, सोडा पनि मसिनो गरी पिनी छानी अलग्ग राख्नु, फेरि बाँकी चीज कपडा छान गरी सबैलाई एकै ठाउँमा मिलाई (३ दिनसम्म) खल गर्नु, फेरि कपडछान गरी शीशीया राख्नु । यो सुर्मा राती सलाइको काँटीले आँखामा लगाउनु, नेत्रको अनेक रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- ताजा गोबरको रसमा पिनेको पिप्ला आँखामा लगाउनाले रतौँधी रोग (राती आँखा न देख्ने) आराम हुन्छ ।

अथवा- हुक्काको तलको कीट आँखामा लगाउनाले या तीते करेलोको पातको रसमा मरीच घोटेर लगाउनाले पनि रतन्धो आराम हुन्छ ।

अथवा- पिप्ला, गोमूत्रमा घोटेर लगाउनाले पनि रतन्धो ठीक हुन्छ ।

अथवा- कलमीसोडा २ तोला, सिधेनून २ तोला । पहिले सोडा मसिनो गरी पिनी एक भाँडामा राख्नु त्यसपछि मसिनो गरिएको सिधेनून पनि हालिदिनु, हलुका आगोमा राखिदिनु, जब नून कालो हुन्छ अनि झिकी प्याजको रसमा १२ घण्टासम्म खल गरेर रस सुकाउनु

र धूलो शीशीमा राख्नु नित्य सलाईले लगाउनु, यसले आँखाको धुन्ध, दाद, रतौँधो, पानी आउनु आदिलाई ठीक गर्छ ।

अथवा- आँकको दूधसँग पोलेको नीलोतुतोका भस्म महसाथ मिलाएर लगाउनाले आँखाको फूलो ठीक हुन्छ ।

निद्रा न लागेमा

सर्पगन्धा एकमासा बदामको सिरप या दूधसँग राति सुत्ने बेलामा-खानू या "सपनापील" खानू ।

अथवा- पिप्लामूल एक मासा, पुरानो गुड एक मासामा मिलाएर सुत्ने बेलामा दूधसँग या बदामको सिरपसँग खानू । बुद्धिवर्द्धक एवं उन्माद हटाउनको लागि "सारस्वत चूर्ण-" बोजो, ब्राह्मी, गुर्जो, सुठो, कुरिलो, शंखपुष्पी, वायुविडंग, अपामार्गको जरो समभाग लिएर पिनी कपडछान गर्नु । २-३ मासाको मात्रा मह या गाईको घिसँग बिहान बेलुका नित्य सेवन गर्नु । औषधी अनुभूत छ ।

अथवा- दहीको तर शिरमा मले निद्रा आउँछ, मगज ठण्डा गर्दछ ।

अथवा- १ तोला मासको जराको काढा पकाएर पिउनाले निद्रा लाग्दछ ।

अथवा- १/२ रत्ति धिउमा फुराएको हिंड खाएर सुत्नेमा निद्रा आउँछ ।

अथवा- कपूरको चूर्ण, हिंडको चूर्ण १/१ लाल मिसाई केराउ जत्रो गोली बनाइराख्नु । आवश्यकतामा १ गोलीको मात्रा गरी दिनको २ फेर खानु र पैतालामा हरियो भाङ र चरिअमिली बाख्रीको दूधमा पिसी बेसरी (बाक्लो गरी) लगाउनाले निंद आउँछ ।

निद्रा लगाउने केही धरेलु उपाय

जसलाई निद्रा लाग्दैन, त्यसले तेल बताइएका कुनै उपायहरू उपयोग गर्नाले निद्रा लगाउनमा सहायता गर्दछ—

भैंसीको दूधसेवन, राम्रो र हितकर मदिग प्युनु, दही खानु, तेलले मालिश गर्नु, स्नान गर्नु, शिरमा भङ्गाराजादि औषधियुक्त आयुर्वेदीक तेल मालिश गर्नु, वा घरायसी शुद्धतांगीका, तिलको तेल लगाउनु, आँखा चिम्लेर त्रिफलाको वाक्तो पान आँखामा राख्नु, प्रेमीकालाई काखमा राख्नु वा प्रेमिकाको काखमा सतनु, मनमा सन्तोष र शान्ति लिनु । चिन्ता, क्रोध, ईर्ष्या, शोक त्याग गर्नु, कुनै किसिमको डर न मान्नु, चिन्तालाई प्रसन्न राख्ने कार्य गर्नु, यी सबै उपाय निद्रा ल्याउन सहायक छन् ।

निद्रा लगाउने औषधि

भुटेको भाड्को धूलो, महमा मिलाएर राती सुत्नुभन्दा पहिले खानाले निद्रा आउँछ ।

अथवा- पिपलाको जरो सफासँग धोएर घाममा सुकाउनु, अनि यसको चूर्ण पारि गुडका साथ खानु, निद्रा आउँछ ।

अथवा- साग, दाल, धिउ सहित भात खाँदा प्याज पनि खाने गर्नाले निद्रा लगाउन सक्छ ।

अथवा- उँखुको रस, मासको दाल, दूध, गहुँ, तिल यी सबै यथोचित अनुपात लिएर खाने गर्नाले निद्रा लाग्दछ ।

अथवा- बेलुका सुत्ने बेलामा भेन्टा धिउमा तारेर (पकाएर) महसँग मिलाई खाने गर्नाले निद्रा लाग्दछ ।

अथवा- आफूलाई मन पर्ने राम्रा राम्रा गीतहरू सुन्ने गर्नाले निद्रा लाग्दछ ।

अथवा अरेंठ र आलसको तेल बराबर भाग लिएर मिलाउनु, अनि काँसको कटौराले केही समय घोट्नु र सो तेल आँखामा लगाउने गर्नाले निद्रा लाग्दछ ।

पाठकवृन्दहरूलाई यो पनि जानकारी दिउँ कि कुनै रोगी ज्वरले पीडित छ अथवा ज्वर आउने गर्दछ भने माथिका कुनै कुनै औषधी र घरेलु उपायका दही सेवन आदि कुराहरू प्रयोग सेवनले बेथा चान्न पनि सक्दछ, अतः रोगी र अवस्था हेरी प्रयोग गर्न हाम्रा पाठकवृन्दहरू ले जान्नु हुनुहुन्छ नै ।

प्रायः जसो दिनमा सुत्नु स्वास्थ्यको लागि बहुत हानिकारक हुन्छ । तर यो तल बताइएका देहायका व्यक्तिहरूले भने न सुत्ती - आराम न गरी न हुने स्थितिमा केही समय दिनमा सुत्नु पनि हितकर नै मानिन्छ-

गाउने, बजाउने, पढ्ने, श्रमयुक्त काम गर्ने, ज्यादा हिँड्ने, रक्सी पिएर थाकेको, हात्ती घोडमा चढ्ने, ज्यादा स्त्री लम्पटी, अजीर्णरोगी, क्षीण रोगी, बुढा, बालक, दुर्बल, श्वास रोगी, चोट पटक लागेको, रातमा जागेको, रिसाहा, बमन गर्नेवाला र उपवास बस्नेवाला ।

यी व्यक्तिहरूले स्वास्थ्यलाई विचार गरी दिनमा २/३ घण्टा सुत्नु-निदाउनु हितकारक नै हुन्छ ।

साथै खाना खाने बित्तिकै करीव १०० पाइला जति हिँडेर २०-२५ मिनेट सुत्नु-आराम गर्नु पनि त्यति बेफाइदा हुने मानिंदैन । तर आराम गर्न पनि फुर्सद त हुनु नै पन्यो, यस्तो गर्न सबैलाई कहाँ जुट्न आउँदछ र ?

जे होस् बेलुका खाना खाने बित्तिकै (छिटै) सुत्ने र बिहान घाम उदाउनुभन्दा लगभग ३ घण्टापहिले (बाह्यमुहुर्तमा) उठ्नमा

स्वास्थ्य र परमार्थ दुवै सप्रेने हुनाले धन खर्च गर्न पन्यो वा फुर्सद मिलेन भन्न भने न मिल्छ कि !

निद्रा नाश गर्नु परेमा

मह र घोडाको च्याल (राल) मिलाएर आँखामा लगाउनाले धेरै निद्रा लाग्ने रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा - चिया पत्ती धेरै राखेर चिया खाने गरेमा पनि निद्रा केही कम लाग्छ ।

नेत्र रोगको लागि

नौसादर, जलाएको मोतीको पत्र ५-५ तोला दुवै कुटेर एक हाँडोमा पनि ४-५ सेर माटो लगाएर सुकाउनु; एक खाडल खनेर राखिदिनु । एक बोरा गुइँठा बाली आगो लगाउनु । आगो निभेपछि औषधी पत्थर कोइला जस्तो गरी निकलन्छ । त्यो औषधी एक काँसको कचौरामा राखेर त्यसमा गुलाफजल भरिदिनु र अर्को काँसको कचौराले छोपी दिनु । २४ घंटापछि त्यसको पानी निथारेर शीशीमा राख्नु । यो औषधि नित्य आँखामा लगाउनाले फूलो बाहेक आँखाको सबै रोग आराम हुन्छ ।

पखालाको औषधि

भृंगीराज कुटेर रस् दहि मिसी खानू पखालामहाँ
फूलू कूटी धर्यँरा दही मिसि पिए थाभिन्छ झाडा तहाँ ।
तोला तीन लि कैंथको रस झिकी हाली कटौरामहाँ
यस्माथौ मह मीसि सन्न पिउनु थाभिन्छ खोलो तहाँ ॥
ख्वाल् ख्वाल् दस्त हुँदा कुटेर मसिनु पाठानिलौथे दिनु

तोला एकहि चूर्ण हालि दहिमा पिएर आराम् लिनू ।
 चाना लीनु र बेलको मरिच औ पाठानिलौथू कूटनु
 तोला एक लिनू र हालि मह चार मासामहाँ मूछनु ॥
 फकी पूर्व लिएर चाटि तिन दिन् ठूला पखालामहाँ
 पानीको छहरा झई भयपनि थामिन्छ झाडा तहाँ ।
 कोयाको गुदि आँपको दही मिसी खाए पखाला जति
 नीको हुन्छ यि वृद्धवाक्य बुझनू ज्यादा बताऊँ कति ? ।

अथवा- प्याजको रसमा १ चिम्टी जति अफिम मिलाएर खाए
 पातलो दिशा ठिक हुन्छ ।

पसिना रोक्नु परेमा

नून राखेको पुरानो माटाको भाँडो फुटाई पिंधेर गाईको सुकेको
 गोबर (गुज्रितो) समेत पिंधी एकै ठाउँमा धूलो मिसेर (बराबर पारी)
 पसिना आएको ठाउँमा मल्नु; पसिना आउन बन्द हुन्छ ।

पत्थरीरोगमा

सिप्लीकानको बोकालाई थिच्थाच् पारी रस निकाल्नु, छात्रु
 र मन्द आगोमा पकाई खोटो तयार बनाउनु, अनि २ तोलाको यो
 औषधीमा पुरानु गुड २तोला मिलाई (चार तोलाको मात्रा गरी) ३
 टायम सेवन गर्नाले पत्थरी रोग निको हुन्छ ।

अथवा- पत्थरी रोगहुने रोगीले सिधेनून र कागतीको रस मिलाएर
 ३ मासको मात्रा गरी खाने गरेमा केही लाभ गर्दछ ।

अथवा- गहत उसिनी (गहत र झोल दुवै) नित्य खाने गरेमा
 पत्थरी गलाउँछ, (खाँदा कंसेकम ५ मुठी भन्दा कम न होस्) ।

अथवा निमको बोक्राको खरानी २/२ मासाको दगले खाने गरेमा पत्थरी गलेर जान्छ ।

अथवा- ३ दिनसम्म २ तोला हरियो करेलाको पातको रस १ तोला ढहीसँग मिलाएर, ५/६ तोला मोही अनि फेरि दवाई खानु, फेरि ४ दिन बन्द गर्नु । यस्तै प्रकारले एक दिन बढाउँदै १० दिन वा १० पटकसम्म खानाले पत्थरी रोग नष्ट हुन्छ ।

मूत्राशयको चारैतर्फ पीडा हुन्छ । पिसाबमा बाखाको गहुँत (पिशाच) जस्तो दुर्गन्ध आउँछ, पिसाब कष्टसँग हुन्छ, ज्वरो आउँछ, भोजनमा रुचि हुँदैन । यस रोगको आरंभमा नै उपचार गर्नुपर्छ, नत्र पत्थरी ठूलो भएपछि बिना अपरेसन ठिक हुँदैन । यसको औषधि- कुभिंदोको रसमा जवाखर र गुड मिलाएर खानाले मूत्रको रुकावट र पत्थरी आराम हुन्छ ।

अथवा- सत्यानाशी या कटेरी (सानो कंटकारी) को स्वरस महमा मिलाएर खानाले पत्थरी र भयंकर मूत्रकृच्छ पनि आराम हुन्छ ।

अथवा- जवाखर, सुहाग, सोडा सभभाग लिएर पिनी, छानी एकएक मासाको मात्रा पानीसँग दिनको ३ पटक खानाले पत्थरी गल्दछ ।

अथवा- गोरखकाँकडी (गोलकाँक्री) को जरो र पाषाणभेदको जरो १-१ तोला पानीभा पिनेर पानी मिसाएर काँचो दूधसँग पिउनाले पनि पत्थरी ठीक हुन्छ ।

पत्ती नलागाइकन राँ झार्ने उपाय

हरिताल भाग १, शंखभस्म भाग ५ र पलाँशको बोक्राको भस्म ५ भाग पारी यी सबैलाई यथाविधि लिएर केराको थन्वा भित्रको

रस एकत्र गरी मिलाई कुनै भाँडामा ७ दिनसम्म धाममा सुकाइ रहने गर्नु, त्यसपछि जुन ठाउँको रौं झार्न मन लागेको हो त्यस ठाउँमा लेप लगाइदिनाले सजिलैसँग रौं झर्नेछ । फेरि कहिल्यै पनि त्यस ठाउँमा रौं आउँदैन ।

अथवा- हरिताल र चून मिलाएर तातो पानीमा लेप लगाउनाले उत्तिखेर रौं झर्छ ।

अथवा- शंखलाई डढाएर त्यको भस्ममा केराको रसमा या गुँडको रसमा राख्नु, अनि शङ्खभस्म जति राखिएको छ त्यत्तिकै मात्रामा हरितालको चूर्ण पनि मिसाउनु । अनि जहाँको रौं फाल्न मन लागेको छ त्यस ठाउँमा लेप लगाउनु; रौं झरेको तमासा देख्न पाइन्छ ।

अथवा- कपूर, भलायो, शंखभस्म, नवाखर र मैनाशिल यी सबैको चतुर्थांश कल्क (चूर्ण) १ सेर तोरीको तेलमा पकाउनु र त्यसमा हस्तितालको चूर्ण मिसाउनु, अनि त्यस औषधीयुक्त तेललाई जहाँको रौं झार्न इच्छा छ त्यहाँ लगाउनाले रोमकूप (रौं आउने ठाउँ) नष्ट हुन्छ, फेरि कहिल्यै पनि रौं उप्प्रदैन - आउँदैन ।

अथवा- कुसुमको तेल मालिश गर्नाले रोमकूप नष्ट हुन्छ ।

पाण्डु (पहेंल रोग -जण्डिश) भएमा

आँखा र शरीरको रंग बेसार जस्तो पहेंलो हुन्छ । पिसाब पनि पहेंलो हुन्छ । मुखको स्वाद टर्रो हुन्छ । नाडी क्षीण हुन्छ । यो रोग प्रायः कलेजा यकृत क्रिया बिग्रेर हुन्छ । मण्डूर (लोहकीट) सात पटक आगोमा सेकाएर गाईको गहुँतमा भिजाई जब राम्ररी भस्म हुन्छ तब चनाको दाना जति लिएर मह र घिससँग खानू या भातमा मिलाएर खानाले सुजन सहित कमलपित्त नष्ट हुन्छ ।

अथवा- नीमको पात पानीमा पिनेर एक पाउ जति रस निकाल्नु र त्यसमा मिश्री मिलाएर तताउनु चिसो भएपछि पिउनु ।

अथवा- तूम्बी (लौका) को पातको काँडा बनाएर पिउनाले पनि यो रोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- लोहकीट (मंडूर) आगोमा तताएर सातपटक गाईको गर्उँतमा भिजाउनु, ३ लाल लोहकीट, तीन मासा घिउ र छ मासा महमा मिलाएर चाट्नु । यसले पाण्डुरोग र पेटको कठिन भन्दा कठिन पीडा पनि शान्त हुन्छ ।

अथवा- छ मासा त्रिफलाको चूर्ण महमा मिलाएर नित्य चाट्नाले या ६ मासा गुर्जोचूर्ण, ६ मासा मरीच चूर्ण महमा मिलाएर चाट्नाले या ६ मासा गुडमा ठूलो हर्रोकोचूर्ण ३ मासा मिलाएर खानाले कमलपित्त ठीक हुन्छ ।

अथवा- कटुकी पिनेर मिश्रीमा मिलाएर २ मासा खानु र पछि तातो पानी खानु ।

अथवा- नीमको बोक्रा तीन तोला, बच (बोझो) १ तोला, मरीच ३ मासा सबैलाई मसिनो गरी पिनेर एक सेर पानीमा पकाएर एक पाउ बाँकी भएपछि छानेर ४ मात्रा गर्नु । प्रत्येक पटक तीन मासा मह मिलाएर पि्याउनु, दूधमा चिनी मिलाएर खानु, तेल, चून अमिलो न खानु । यसले पाण्डुरोग र लुत्तो ठीक हुन्छ ।

अथवा- सफेद पुनर्नवा कमलपित्त र गर्भवती या प्रसुता स्त्रीको सुजनको राम्रो औषधी हो । यसको दुई तोला स्वरस ६ मासा महमा मिलाएर दिनमा २-३ पटक खान दिनाले सूजन ठीक हुन्छ ।

मण्डूरभस्म ६ मासा, ठूलो बोक्रा १ तोला, १ कुटकी तोला, एक आनाभर गर्उँत, तीन आना जति पानी मिलाएर बिहान बेलुकी खानाले आराम दन्छ ।

अथवा- नीमको पातलाई पानीमा पिसनु र १ पाउ रस निकाल्नु । त्यो रसमा मिश्री मिलाएर पकाउनु । जब केही बाक्लो हुन लाग्दछ तब उतारेर मनतातो हुँदै पिउनु, पाण्डुरोग निको हुन्छ ।

अथवा- तितेलौकाको पातको काढा बनाई पिउनाले पाण्डुरोग निको हुन्छ ।

अथवा त्रिफलाको चूर्ण महमा मिलाएर खानु ।

अथवा- मरीचको धूलो ६ मासा, महमा मिलाएर खानु ।

अथवा- त्रिफलाका काँडाको रस ४ तोलामा ६ मासा मह मिलाएर खाने गर्नाले पाण्डु रोग निको हुन्छ ।

अथवा- चर्रोको चूर्ण, गुडमा मिलाएर खानाले पाण्डुरोग निको हुन्छ ।

अथवा निमको रस, घिउ र मह (विषम पारी) खाने गर्नाले पहुँले रोग निको हुन्छ ।

अथवा- गाईको दूधमा सुँठो मिलाएर खाने गर्नाले कामला रोग भाग्दछ ।

अथवा - १ तोला बेसारको धूलो, ८ तोला दहीमा मिलाएर खाने गर्नाले पिलिया रोग निको हुन्छ ।

अथवा- हर्रोको धूलोमा मह मिलाई खाने गर्नाले जण्डिसरोग सञ्जो हुन्छ ।

अथवा- १ तोला ल्वाङ, साढे २ तोला पानीमा बेलुकी भिजाएर राख्नु, बिहान दध्नेबित्तिकै मिच्माच् पारेर (त्यही पानी) खानु ।

अथवा- वेलपत्रको रसमा ४/५ आटो मरीचको धूलो मिसाएर खानाले पाण्डुरोग सञ्जो हुन्छ ।

अथवा- Liv 52 नामक औषधी टेबलेट या ड्रोल नियमित केही दिनसम्म खानाले पहेँले रोग जान्छ ।

अथवा- बेसार, अमला, सुठो, मरीच समभाग लिएर चूर्ण बनाउनु, नित्य ३ मासाका दरले घिउ र मह (विषम)मा सेवन गर्नाले कस्तै प्रकारको पिलिया - पहेँले रोग पनि नष्ट हुन्छ र शरीरमा रगत उत्पन्न हुन्छ ।

पायरिया (दाँतबाट घीप आउने) को लागि दन्तमन्जन

सिधेनून, टिम्पुर, भुटेको फिटकीरी, भुटेको सुर्ती, मेरू, मरिच, सूठो सबैको एक एक तोला लिएर पिनी छानी चूर्ण बनाउनु सधैं दाँत मल्नु र दाँतको घाँटी निक्कलन दिनु, यसले दाँतबाट रगत घीप आउनु बन्द हुन्छ ।

अथवा- मट्टितेलले कुल्ला गर्नाले पनि पायरिया आराम हुन्छ ।

अथवा- कुचिलो एक तोला, नीलोतुत्तो ३ तोला दुबैलाई संपुट गरेर भस्म गर्नु र जब खरानी हुन्छ अनि माजुमफलको चूर्ण १ तोला भुटेको फिटकीरी एक तोला, भुटेको बज्रदन्ती चूर्ण २ तोला, रातो माटो १० तोला सबै पिनी छानी मन्जन बनाउनु । यस मन्जनले प्रतिदिन दाँत माड्ने गर्नाले दाँतको सबै रोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- दिसा पिसाब गर्ने बेलामा दुवै दाँत टम्म जोर्ने गर्नाले पनि दाँत हल्लने हुँदैन ।

पातलो वीर्य भएमा

काउलाको बोक्रा छायामा सुकाउनु र चूर्ण बनाउनु, त्यसमा मिश्री मिलाई मनतातो दूधसँग सेवन गर्नाले धातु पुष्ट हुनुका साथै ताकत र बल वीर्य बढ्दछ ।

पिलो हुन लागेमा

पिलो निकलन लाग्यो भन्ने श्वाहा हुनासाथ सातओटा तिलको फूल न चपाइकन नित्नाले फेरि कहिल्यै पनि पिलो हुँदैन (निकलन) भन्ने बूढापुरानाहरूको भनाइ छ ।

अथवा - अनन्तमूलको जरो पिसेर पिलोको वरिपरि लेप लगाइदिनु सुक्छ ।

पिशाव बन्द भएमा

राजवृक्षको रस धेरै नै खानु, पिशाव खुल्दछ ।

अथवा - फुराएको हिङ साढे २ तोला, अफिम साढे २ तोला, कपूर २ मासा, चन्द्रोदय (आयुर्वेदिक औषधि) ३ मासा यी सबै एकत्र गरी पिसी महमा गोली बनाई मुँगी मासको जत्रो बनाइएको गोली १ तोला सुपको अर्कसँग खानाले पिशाव खुल्दछ ।

अथवा - सोडा, नौसादर, जवाखर, फिट्किरी एति चार चीज समानभाग लिई मिलाई पिस्नु र कराइमा तताउनु । जब एकै हुन्छ, तब उतारेर सिसीमा राख्नु । ४ आना भरिको एक मात्रा गरी २५० ग्राम गाईको काँचो दूध र माटाका भाँडामा राखिएको ब्यासि पानीमा मिलाई १०/१२ दिनसम्म बिहान बेलुका खाने गर्नाले सबै मूत्र विकारहरू नाश हुन्छन् ।

अमलाको रस खानाले पिसाब रोकिएको खुल्छ ।

अथवा - काँक्रो, काँक्राको बियाँ खानाले पनि पिसाब रोकिएको खुल्छ ।

अथवा - मेवाको जरा कुटेर त्यसको रस खानाले पनि पिसाब खुल्छ ।

अथवा- मोहीमा १/२ मासा जवाखर र चिनी मिलाई पिउनाले पिशाव खुल्दछ ।

अथवा- २ तोला घिउमा १ तोला शखर मिलाई खानाले रोकिएको पिशाव खुल्दछ ।

अथवा केटाकेटीहरूको पिशाव बन्द भयो भने त्रिफला, मरीच, सुकमेल र सिधेनून यति मसिनु गरी पिंधेर मह र मिश्री मिलाई चटाइदिए पिशाव खुल्दछ ।

अथवा भिकौंलाको जरा, भृंगीराज, घोडटाप्रे र बोहरीको बोका थिचेर खानु र पाइएमा नौसादर घोटेर जाभीस्थानको वरिपरि लगाइदिएमा धेरै फाइदा गर्दछ ।

अथवा- अमलाको रस खानाले पिशाव रोकिएको खुल्दछ ।

अथवा काँक्रो या काँक्राको बियाँ पिसी पानीसँग खानाले पिशाव रोकिएको खुल्दछ ।

अथवा- मेवाको जरा धोई कुटेर त्यसको रस खानाले पनि पिशाव खुल्दछ ।

अथवा- कागतीलाई बिचमा नछुट्टिने गरी काटेर त्यसको गेडा झिकेर फालिदिनु र त्यसमा कलमी सोडा हालेर बन्द गर्नु र आगोमा तताई नाभीको वरिपरि दलिदिनु । एकक्षण पछि पिशाव खुल्दछ ।

अथवा- पाकेको फर्सीको रसमा जवाखर ३/४ मासा मिलाई पिउनाले रोकिएको पिशाव खुल्दछ ।

अथवा- मूलाको बीउ २ मासा पिसेर चटनी जस्तो बनाई १ माना पानी मिलाएर खानु पिशाव खुल्दछ ।

अथवा रायोको फल कम्परमा बाँधी, मूत्रेन्द्रियका मुखमा अलिकति कपूर राखिदिनु फाइदा गर्दछ ।

अथवा- कुभिण्डाको बिजाँ र काँक्राको बियाँ पिंधेर अमलाको रसमा मिलाई नाभी वरिपरि चन्दन जस्तो बाक्लो गरी लेप लगाइदिनु पिशाव खुल्दछ ।

पथ्य हलुका दाल, भात, तर्कारी, दूध, मोही पथ्य छ । गरिष्ठ चीजहरू र रोटी, चिया, आलु, चना, मासु आदि केही पनि दिनु खानु हुँदैन ।

पिशावबाट रगत आएमा

१ तौला बरको ताजा हरियो पात, आधा माना पानीमा पिसनु र छान्नु । बिहान बेलुकी रोगीलाई पिलाउनु पिशावबाट रगत आउन बन्द हुन्छ ।

पिशाव पोलेमा

पिशाब पोलेको छ भने चा तुरतुर आइरहन्छ भने अंगूरको रस खाने गरेमा त्यस्तो रोग ठिक हुन्छ ।

पिसाब तुर-तुर आइरहन्छ भने अंगूरको रस खाने गरेमा त्यस्तो रोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- तुलसीको प्रशस्त पात चबाएर खाने गर्नाले पिशाब पोल्नबाट बचाउँछ ।

पिसाब गर्दाखेरि मूल नलीमा पोल्छ भने तुलसीको पात चपाएर खाने गर्नाले त्यस्तो पोल्नबाट बचाउँछ ।

पिनाससमेत भई कपाल दुखेमा

कूट, अरौँठको जरा, सुठो यी ३ थोक मोहीमा पिसेर तताउनु र निश्चारमा लगाउनु ।

अथवा प्रतिश्याम तैल :- सिन्को वा कप्टेरोमा बेरेको कपासमा भिजाइ नाकमा राख्ने गर्नाले काँरा परेको, रगत पीप बग्ने भयङ्कर पिनास समेतको शिरको दर्द अति चौडो हुटाउँछ ।

बिंही, कण्टकारी, असुरो, फूलचिसो (चुहाबुटी), यी ५ बुटीको पञ्चाङ्ग एकत्र मरी पिसी घानी छानी राखी आगामा पकाउनु, जब खोटो जस्तो हुन्छ तब उतारी अमला जत्रो गोली बनाएर नित्य १ गोली खानाले बिप्रेको पिनास र शिरदर्द आसम हुन्छ ।

अथवा एक हात लामो आधा इञ्च जति मोटो धागो बाटेर बनाउने र नाकको प्वालबाट छिराएर मुखबाट निकाल्ने । तल माथि टुप्पामा दुई हातले समाउने र एक मिनेट जति तल माथि गराउने, यो क्रिया गर्ने गरेमा बाह्र वर्ष पुरानो पिनास भए पनि ठिक हुन्छ ।

पित्त ज्वरोमा

३ भासा कागतीको रसमा आधा माना मिश्रीको चास्नी मिलाई तताएर खानु पित्त ज्वरो हट्दछ ।

पिडाँला फर्किने रोगमा

कुट र चरिअमिलीको रस २/२ मुठिमा साढे २ तोला सिधेनून मिलाएर तिलको तेलमा हालेर पकाउनु । आवश्यकतामा पिडाँला फर्कदा लाउनु निको हुन्छ ।

पीप बगिरहने घाउमा

निमको बोक्राको खरानी लगाउने गरेमा पीप बगिरहने घाउ ठीक हुन्छ ।

पुरानु आउँ भएमा

अफिम १/४ लाल, निलोतुथो १/८ लाल, कपूर १/४ लाल र बाक्लो गुँद चाहिने जति मिलाएर गोली बनाउनु, दिनको २ पटक बिहान बेलुका खानु ।

अथवा - फिटकिरीको धूलो ३ मासा, मसिनो चामल अथवा गहुँको पीठो पानीमा पकाएर सेलाए पछि पचकामा राखी मलद्वारमा बिस्तारै सो पानी हालिदिनु फाइदा गर्दछ ।

पुरुषत्व बढाउनमा

दूधमा मह मिलाएर पिउनाले पुरुषत्व बढ्दछ, वीर्य दोष नष्ट हुन्छ र नयाँ रगतका कण बन्दछन् ।

पुरुष वशीकरण

तुलसीदल, सेतो सस्यूँ, धतुरो, अपामार्ग, तिलको तैलमा खूब पिसेर लेप जस्तो बनाउनु र समागमका समयमा पुरुषले थाहा नपाउने गरी योनीभित्र लगाई संभोग गराउनु (गर्नु) त पुरुष अतिवश्य हुन्छ र तन, मन, धन स्वास्नीमा अर्पण गर्दछ ।

(जसका लोग्ने आफूदेखि मन मुटाव हुन लागेको छ अथवा अरु स्त्रीहरूसँग पल्केको छ भने त्यस्ता) का लागि यो प्रयोग गरे लाभदायक हुन सक्दछ)।

पुत्र प्राप्तिको लागि

पुष्य (तिष्य) नक्षत्रमा लक्ष्मणाको जरोको फेदमा पूजा गरी त्यसपछि सो जरा उखेल्नु । अनि त्यसलाई पखाली घिउकुमारीको

गुदीमा पिसेर गाईको दूध र घिउ मिसाई ऋतुकालको स्नान पछि पूर्वतिर फर्केर सेवन गर्नु अनि ६ ८-१० वा १२ औं रात्रीमा सम्भोग गर्नु छोरो पैदा हुन्छ ।

अथवा- बरको वृक्षको ईशान्य कोणमा रहेको शाखाको २ वटा मुन्टा, मास दाना १ र सेतो सस्युको दाना २ यी सबैलाई एकत्र गरी पिसेर दहीमा मिलाएर पुष्प (तिष्य) नक्षत्रपारी सेवन गर्नाले पुत्र पैदा हुन सक्दछ ।

अथवा- गर्भिणीको स्त्रीको दूधमा पलाँशको एक पात पिसेर सेवन गर्नाले रूपवान् पुत्र जन्मन सक्दछ ।

पेट दुखेमा

अदुवाका रसमा ज्वानु भिजाई सुकाउनु, पेट दुखेको बेलामा खानाले फाइदा गर्दछ ।

अथवा- अदुवालाई घ्यूमा भुटेर अलिकति नून मिलाई खानु, अपानवायु खुला भइ पेट दुखेको निको हुन्छ ।

पेट फुल्ने रोगमा

विरेनून १ ग्राम र ज्वानो ५ ग्राम मिलाएर खानु । अलि अलि भुटेर पिसेर धूलो बनाएर तातो पानीसँग खानु लाभदायक छ ।

अथवा- सुठो, कालीमिर्च (मरीच), हिड, ज्वानो बराबर मिलाई पिसेर एक चम्चा तातोपानीसँग खानाले पेट फुलेको सञ्जो हुन्छ ।

अथवा- त्रिफला तातोपानीसँग आधा तोलाको दरले केही दिनसम्म खाने गर्नाले पेटका सामान्य रोगहरू सञ्जो हुन्छ ।

यसबाट अझ राम्रोसँग लाभ लिन चाहेमा बेलुका तामाका भाँडामा भिजाई भोलिपल्ट बिहान सो त्रिफला-पानी सेवन गर्नाले

आँखाको तेज बढ्नुका साथै अरुची, मन्दाग्नी र पित्त विकृत भई उत्पन्न भएका प्रायः धेरै रोगहरूबाट छुटकारा पाइन्छ ।

पेटको जुकाको औषधि

पल्लौंशको फूल-फल-कोपिला वा बोक्रा जे पाइन्छ त्यसलाई सुकाएर कुटी मैदा (महिन) गरी औषधीको दोब्बर गुड मिसाई गोली बनाएर राख्नु अनि दिनको ३/४ घटक खानु ।

अथवा निमको पात र बोक्रा कुटेर त्यसको रस खानाले जुका चूर्ना मर्दछन् ।

अथवा विमिराको सुकेको बोक्रा को, एक तोलाको काढा बनाएर पिउनु जुका नष्ट हुन्छ ।

अथवा- कागतीको बियाँ धूलो पारेर पानीसँग खानाले पनि जुका मर्दछन् । २ पटक खानाले जुका भए दिशाबाट आउने छ । ४-५ दिनसम्म लगातार सेवन गर्नु ।

प्रमेह (धातुमा) रोग

प्रमेह रोग अनेक प्रकारको हुन्छ । सामान्यरूपले पिसाब धेरै हुनु, मैलो र लस्सादार हुनु यस रोगको सामान्य लक्षण हो । जसरी पेटको रोगमा दिसा लगाएर पेट सफा गरेर औषधी दिनाले छिटो लाभ हुन्छ, त्यस्तै सूजन र प्रमेहमा इन्द्रिय जुलाफ अर्थात् पिसाब सफा गर्ने औषधी दिएपछि प्रमेहको औषधी दिनाले शीघ्र लाभ हुन्छ । पिसाब सफा गर्ने औषधी पछि लेखिन्छ ।

जब अधिक पिसाब भएर मूत्रनली सफा हुन्छ, वीर्यको गर्मी निक्कलन्छ अनि औषधी दिनुपर्छ । रोगीलाई पहिले दुध, घिउ आदि अधिक पौष्टिक पदार्थ दिनु हुँदैन, त्यसले प्रमेह झन् बढ्दछ । प्रमेह

ठीक भएछि धातुपुष्ट औषधी र पदार्थ दिनुपर्छ । इन्द्रिय जुलाफपछि एक पाउ दूधमा २॥ तोला 'कास्टर आयल' मिलाएर पिउनाले पेट सफा हुन्छ र त्यसपछि हलेदो चूर्ण महमा अथवा त्रिफला चूर्ण महमा मिलाएर खानाले धेरै प्रमेह रोगी ठीक भएका छन् । मह र शिलाजित प्रमेह रोगमा अति लाभदायक छन् । महमा मिलाएर जाँको सत्तु खानु एकदम लाभदायक छ । जब प्रमेह रोगीको पिसाब सफा भएर लस्सारहित हुन्छ तब रोग ठीक भएको सम्झनुपर्छ ।

गन्धकलाई गाईको दूधमा शोधन गरेर मिश्रीमा मिलाएर सेवन गर्नाले वीर्यक्षय र प्रमेह निश्चय नै ठीक हुन्छ । अग्निबल अनुसार ३ देखि ६ मासासम्म समभाग मिश्रीमा मिलाएर धारोष्ण गाईको दूधसाथ ३ महिनासम्म सेवन गर्नुपर्छ प्रमेह निश्चय नै ठीक हुन्छ ।

अथवा- त्रिफलाचूर्ण (हरौं एक भाग अमला ३ भाग) ३ मासादेखि एक तोलासम्मको मात्रा हुन्छ । युवा पुरुषको लागि एक तोला महसँग एक तोला त्रिफला ६ मँन्हासम्म सेवन गर्नुपर्छ ।

अथवा- हलेदो चूर्णमा मह र अपला मिसाएर खानाले पनि प्रमेह ठीक हुन्छ ।

अथवा- नीमको रुखमा चढेको गुर्जोको लहरा ल्याएर कुटेर कपडाभा राखेर निचोर्नु; १॥ तोला रसमा १ तोला मह, एक तोला हरिद्रा चूर्ण मिलाएर एक महिनासम्म सेवन गर्नाले प्रमेह निश्चय नै ठीक हुन्छ ।

अथवा- शुद्ध भिटामीन, बंगभण्ड, सानो अलैंची, नीलवर्णको वंशलोचन समभाग लिएर महसँग खल गरी २-२ लालको गोली बनाई बिहान-बेलुका आफ्नो अग्निबल अनुसार १ या २ गोली खाएर पछि गाईको धारोष्ण दूध पिउनु प्रमेह, बहुमूत्र, कमजोरी, धातुविकार नष्ट हुन्छ ।

अथवा- सिमलको बोक्राको रस मह र हलेदोसँग खानाले सबै प्रकारको प्रमेह नष्ट हुन्छ । यदि यससँग १-२ लाल बंगभष्म पनि खाए झन् चेश हुन्छ । जवान पुरुषको लागि १ २ लाल बंगभष्म ६ मासा महमा मिलाएर खाएपछि २ तोला सिमलको बोक्राको रसमा एक तोला मह र २ मासा मासा हलेदो चूर्ण मिलाएर पिउनुपर्छ । यो परीक्षित औषधी हो । जौको रोटी महसँग खानाले प्रमेह रोगमा लाभ हुन्छ ।

अथवा- बबुलको कमलो कोपिला १ तोला पिनेर समभाग मिश्री मिलाई खानु र पछि पानी या बाखाको दूध पिउनु, २१ दिनसम्म खानु प्रमेह र स्वप्नदोष ठीक हुन्छ । यदि हरियो पाइएन भने सुकेको आधा मात्रामा राख्नुपर्छ । चार मासाको मात्रा गर्नुपर्छ । बबुलको बीज न लागेको कोसा पनि प्रमेहनाशक छ । मात्रा ६ मासा समभाग मिश्रीमा मिलाएर दूधसँग खानु ।

अथवा- सेतो सिमलको कन्द सुकाउनु, पसिनो गरी कुटी, पिनी चूर्ण बनाउनु । सधै बिहान ६ मासा चूर्णमा एक तोला घिउ, ६ मासा मिश्री, ३ लाल जाइफलचूर्ण मिलाएर खानाले प्रमेह नष्ट हुन्छ, बलवीर्य बढ्दछ । यदि सेतो सिमलको कन्द पाइएन भने सिमलको बोक्राको चूर्ण सेवन गर्नुपर्छ ।

अथवा- सफा हुंगामा थोरै पानी हाली निर्मलीलाई चन्दनजस्तै घोट्नु र त्यसको दुई मासा रसमा ६ लाल मरीच मिलाएर चाट्नाले समस्त धातुरोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- आधा पाउ सफा गर्नु राती पानीमा भिजाउनु र बिहान सिलौटामा पिन्नु, मिश्री मिलाएर कपडछान गरी २१ दिनसम्म पिउनु प्रमेहलाई राम्रो फाइदा गर्छ ।

अथवा- शतावरी (कुरिलो) र हाथाजोडी (हिन्दी) कुटेर

शतावरीको रसमा २१ पटक भावना दिनु अर्थात् रसमा भिजाउनु र मल्लु, सुकाउनु । सुकेपछि समभाग मिश्री मिलाएर ४ देखि ६ मासातक बिहान-बेलुका तातो दूधसँग खानु । यसले पिसाबको रोग, प्रमेह आदि निश्चय नै ठीक हुन्छ ।

अथवा- घिउकुमारीको गुदी आधासेर, हातमा लिई खूब मल्लु, फलामको कराहीमा गाईको घिउ तताउनु, तातेपछि घिउकुमारीको गुदी हाली २०-२५ मिटनेसम्म मन्द आगोमा पकाउनु । केही कडा भएपछि २॥ तोलाका लड्डु बनाउनु । बिहान भोजन अघि आफ्नो अग्रिवलअनुसार एक या दुई लड्डु खाएर गाईको दूध पिउनु, ४० दिनमा प्रमेह ठीक हुन्छ । यसको सेवनले हरेक व्यक्ति मोटो र फूर्तिलो पनि हुन्छ, भोक खूब लाग्न थाल्दछ ।

अथवा- घिउकुमारको अर्क बनाई त्यसमा दूध, मिश्री या मह मिलाएर पिउनाले प्रमेह नष्ट भएर भोक बढ्दछ । बरवृक्षको फल, पीपलको फल छायाँमा सुकाई पिनेर छान्नु; समभाग मिश्रीमा मिलाएर ९-९ मासा चूर्ण खाएर पछि गाईको दूध पिउनाले प्रमेह नष्ट भएर वीर्य पुष्ट हुन्छ ।

अथवा- कालो तुलसीको बीउ ५ तोला ३ मासा, अकरकरा ३ तोला ६ मासा, मिश्री ८ तोला ९ मासा पिनेर छान्नु, १० मासाको मात्रामा एक लाल बंगभष्म या मूगाभष्म मिलाएर खानु र पछि गाईको दूध मिलाएर खानु । बिहान-बेलुका एक महिनासम्म खानाले प्रमेह नष्ट भई बलवीर्य बढ्दछ, शरीर पुष्ट हुन्छ । खुर्सानी, दही, तेल, स्त्रीप्रसंगवाट बच्नुपर्छ ।

अथवा- असुराको स्वरस १ तोला, गुर्जोको स्वरस १ तोला, मह एक तोला सबै मिलाई पिउनाले प्रमेह आराम हुन्छ ।

अथवा- पीपलको कोपिला, जराको बोक्रा, पीपलको फल

घी ४-४ मासा लिएर २ पाउ पानीमा पकाएर चौथाई भाग बाँकी भएपछि झिकी छान्नु, ठण्डा भएपछि मिश्री र मह मिलाएर पिउनु । यसले धातुसम्बन्धी सबै रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- पीपलको काँचो फल र कोपिला समभाग गरी दुवै बराबर मिश्री मिलाएर चिसो पानीसँग पिउनाले पुरानो प्रमेह, वीर्यको कमी, स्त्रीको श्वेतप्रदर आदि रोग नष्ट हुन्छ र धातु पुष्ट हुन्छ ।

अथवा- गुर्जो कुटेर राती एक माटाको भाँडामा पानीमा भिजाउनु । बिहान छानेर मिश्री मिलाई खानु, पछि गाईको तातो दूध पिउनु । ६ महिनासम्म क्रोध, चिन्ता, स्त्रीप्रसंग त्याग्नु, बूढो पनि जवान हुन्छ ।

अथवा- सुनपातीको पात सुकाएर चूर्ण बनाउनु, त्यो चूर्ण ६ मासाको मात्रा, २ मासा गुर्जोको चिनी र बारब्राको दूधसँग एक महिनासम्म खानाले प्रमेह आराम हुन्छ ।

१ माना भैंसीको ताजा दूधमा १५ तोला वरको दूध मिलाई ७/८ पल्ट घोलघाल गरी पिउनाले प्रमेह, स्थणदोष, धातुक्षीणता, धातुसम्बन्धी रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- जौको सातु महकासाथ खानाले १ महिनासम्ममा निको हुन्छ ।

अथवा- अमला ४ तोला, हलेदो ४ तोला, मिश्री ४ तोला मिलाई पिसेर राख्नु, त्यसमा ६ मासा झिकी ३१ दिनसम्म बिहान बेलुकी खाने गर्नाले प्रमेह नाश हुन्छ ।

अथवा- नीमको भित्री बोक्राको काढामा मह मिलाई खानाले प्रमेह नाश हुन्छ ।

अथवा- सिमलको बोक्रा, गुर्जो, अमला कुटेर रातीमा भिजाई

शीतमा रखिदिनु, बिहान आधा पाउ, पानीमा ३ तोला मह मिलाएर २५-३० दिनसम्म खानाले सबै प्रकारको प्रमेह नष्ट हुन्छ ।

अथवा तेल, पीरो, अमिलो, तातो आदि वर्जित छ ।

अथवा कलपी मिश्री आधा पाउ, तालमखाना आधा पाउ, घोडटाप्रे आधा पाउ, कमलगट्टा, कमलको फूल आधा पाउ मिलाएर खूब मैदा गरी पिसुनु र वेदनाको रस १ सिखी त्यसमा गोली पार्न ठीक हुने गरी हालेर खलमा खल गरी कुटी मिलिसकेपछि आठ आनाभरको गोली बनाउनु, नित्य १/२ गोली डेड महिनासम्म सेवन गर्ने गर्नाले अवश्य निको हुन्छ ।

अथवा सुठो, मरीच, काफल, लसुन एति एकत्र गरी पानीमा पकाई गाढा भएपछि यो क्वाथ पिउने गर्नाले प्रमेह रोग नाश हुन्छ ।

पेचिस रोगमा

पेचिस रोग छ भने १ गिलाँस पुरानो दहीसँग १/२ ओटा पाकेको केरा मिलाएर खाने गरेमा पेचिस रोग ठिक हुन्छ ।

अथवा- तुलसीको पात र सखर खाने गरेमा पनि पेचिस रोग ठिक हुन्छ ।

अथवा- मेथी पिनर लेप गर्नाले पोलेको घाउ ठिक हुन्छ ।

पोतो चायाँमा

बाख्रीको दूधमा सस्युँ पिसेर मुखमा लगाउनाले पोतो हराउनुका साथै मुखमण्डल उज्यालो हुन्छ ।

अथवा- सुन्तलाको बोक्रो, अनारको फलको बोक्रा जेठीमधु यी सबै एकत्र गरी मन्द घाममा सुकाई कुटी धूलो पार्नु । अनि मह

र कागतीको रसमा फेटी निधार (मुहार)मा लगाउनाले पोतो जानुका साथै मुखमण्डल चम्किलो हुन्छ ।

अथवा- आँकको दूधमा बेसार पिसेर लगाउनाले नयाँ पुरानो पोतो जान्छ - हराउँछ ।

अथवा- जेठीमधु पिसी सोको धूलो महमा फेटी लगाउनाले पोतो जान्छ ।

अथवा- जाइफल पानीमा पिसेर लगाउनाले पोतो जान्छ ।

अथवा- आँपको खोया र जामुनाको वीयाँ पानीमा पिसेर लगाउनाले पोतो चायाँ हराउँछ ।

अथवा - तुलसीको सुकेको पातलाई पानीमा पिसेर दल्ले - लगाउने गर्नाले कालो दाग हराउँछ ।

अथवा- मसुराको दाल कागतीमा पिसेर लगाउने गर्नाले पोतो - चाजाँ हराउँछ ।

अथवा- बेसार र कालो तेल दूधमा पिसेर लगाउने गर्नाले पोतो जान्छ ।

अथवा - लालचन्दन, मंजीठो, लोध, कूट, फूलप्रियंगु, को मुन्टा मसुरो यी सबै चीज बराबर भाग लिई एकत्र गरी पानीमा पिसनु र मुखमण्डल (मुहार)मा लगाउनु, साबुनको प्रयोग नगर्नु । धनुषर्दी मनतातो पानीले धुनु । यसरी १०-१५ दिनसम्म लगातार लगाउने गर्नाले निधार खूब उज्यालो देखिन्छ । यो औषधि अति नै उपयोगी छ, बेकार जाँदैन ।

प्यासशान्तिको उपाय

यसमा गला, तालु, ओठ, मुख सुक्दछ । चौलानीमा मह मिलाएर पिउनाले प्यास शान्त हुन्छ ।

अथवा- महलाई केही बेर मुखमा राखेर कुल्ला गर्नाले प्यास र दाह शान्त हुन्छ ।

अथवा- पुदीना एक तोला ठूलो अलैंचीको दाना ६ मासा, ल्वांग ५ दाना सबैलाई २ । पाउ जलमा पकाएर ठण्डा गरी छानेर रोगीलाई यसको जल अलिअलि गरेर पिलाउनाले वमन र प्यास शान्त हुन्छ ।

फियो बढेमा

छिउँकेझारको पात सुकाई १ मासा देखि ३ मासासम्म सेवन गर्नाले फियो बढेको निको हुन्छ । यस औषधीले गर्मी गर्न सक्छ, अतः मिश्री काढासँग खानु फाइदा गर्दछ ।

अथवा २ तोला सिमलीका पातको रस गोमूत्रमा मिलाई प्रतिदिन बिहान बेलुकी खाने गर्नाले फियो बढेको र कलेजोसम्बन्धी रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- सिमली र भृङ्गिराजको रस १ तोला पिउनु ।

अथवा- बिहान खालि पेटमा ३ दाना कागतीको रस मिलाई १ गिलाँस पानी उभिएर खानु । फियो बढेको निको हुन्छ ।

अथवा- कागतीको अचारनित्य खानाले पनि फियो बढेको सञ्चो हुन्छ ।

अथवा- घिउकुमारीको गुदी २ तोलामा, सिधेनून मिलाएर १ महिनासम्म प्रतिदिन बिहान बेलुका खाने गरेमा निको हुन्छ ।

अथवा- कलमी सोडा एक पाउ, कालोनून एक पाउ, नौसादर एक पाउ सबै कुटेर एक हाँडीमा राखेर त्यस हाँडीमाथि अर्को हाँडी राखी डमरू यन्त्रको तरिकाले दुवैलाई कपडा मिट्टी गरी संपुट गरेर सुकाउनु । अनि यो दुवै हाँडीलाई केही टेढो गरी खाली हाँडीलाई

पानीमा राखिदिनू । र दोस्रो हाँडीको तल चार वटा बत्तीको आँच सात घंटासम्म दिनू, ठन्डा भएपछि निकाल्नु । सबै औषधी मिलेर तेल जस्तो हुन्छ । २ थोपाको मात्रा गरी नित्य प्रातः कालमा सेवन गर्नु । हरियो साग आदि न खानू, घिउ, मखन आदि धेरै खान दिनू । दोस्रो दिनदेखि कालो दिसा हुन्छ र रोग विस्तारै आराम हुन्छ ।

फोक्सो सुनिएकोमा

१ तोला सिमलीको पातको रस अथवा - काढा ३/४ लाल जति पिपलाको धूलो मिलाएर खान दिनु र सिमलीको पातले छाती सेकिदिनु छिटो आराम हुन्छ ।

फोडा फुन्सीमा

बकाइनाको फूल पिनेर लेप गर्नाले फोडा फुन्सी सबै नाश गरिदिन्छ ।

बङ्गारा दाँत दुखेकोमा

खुर्सानी, मरीच, १ वटा कागतीको रसमा पानी मिलाई तताएर कुल्लु गर्नाले दाँतको पीडा नष्ट हुन्छ ।

अथवा मरीचको धूलो र कपूर मिसाई दाँत माझनाले दाँत दुख्ने, हल्लिने, कीराले खान लागेको, रीँजा पाक्ने समेत रोग नष्ट हुन्छ ।

बङ्गारो र कान दुखेमा

तीनतोला तीलको तेल तताएर एउटा खुर्सानी हालि दिनु र खुर्सानी ढढेपछि तेल निकाल्नु र सेलाएपछि छानेर राख्ने । कान वा दाँतमा

राख्ने बेलामा मनतातो पारेर दुबै कानमा दिनको २ पल्ट २/४ थोपा हाल्ने गरेमा कान र बङ्गारो दुबै ठिक हुन्छ ।

बहिरोपनमा

मूलाको पहेंलो पातको रस ५ तोला, तिलको तेल वा तोरीको तेल मिलाई मन्द-मन्द आगोमा पकाउनु । तेल मात्र बाँकी रहेपछि छानेर शिशीमा राख्नु, ३-३ थोपा मनतातो पारी कानमा हालिदिनु, केही दिनमा बहिरोपन नष्ट हुनुका साथै कानका सबै रोग नाश हुन्छन् ।

बहुमूत्र रोगमा

बलुका जराको चूर्ण ५ मासा, भर्लाको बोक्राको चूर्ण मासा ५, मिश्री ५ मासा, गाईको दूध ५ मुठी मनतातो पारी एकै ठाउँमा मिसाई खानाले बहुमूत्र रोग निको हुन्छ ।

अथवा - त्रिफलाको चूर्ण ३ मासा, कात्तीसार ३ मासा र लौह भस्म १ लाल मिसाई खानाले पनि निको हुन्छ ।

केही बालरोगहरू

स्वास्थ्यसम्बन्धी मुख्य-मुख्य नियम तथा सामान्य ज्ञान संक्षेपमा चर्णन गरिएको छ । यी सबै कुराको जानकारी र यस अनुसार आफ्नो स्याहार, आहारविहार बाल्यकालदेखि नियमित गर्नु भन्ने मनुष्य निश्चय पनि निरोगी तथा दीर्घजीवन प्राप्त गर्न सक्तछ । यसपछि मुख्य मुख्य रोगहरूको केही अनुभूत योगहरू अनुभवी महात्मा, वैद्य आदिबाट समय समयमा प्राप्त गरिएका लेखिएका छन् । यसको परीक्षा गरेमा अवश्य लाभ हुनेछ ।

बालकहरूको कृमी

धेरै गुलियो खानाले बालकहरूको पेटमा जुका पर्दछ । जुकाले गर्दा सुतेका बालकहरू झस्किन्छन् र रुन्छन् । मलद्वारा रातो हुन्छ, सुनिन्छ । दिसा लाग्छ, पेटमा पीडा हुन्छ । शरीर पहुँलो या सेतो हुन्छ । बालक बुल्काउँदै जान्छ । दूध पिउनासाथ वमन गर्दछ । प्यास बढ्छ ज्वरो बढ्छ ।

यसको लागि प्याजको रस पियाउनाले बालकको जुका मर्दछन् । अजीर्ण आदि समस्त रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- काउसोको जरा पानीमा घोटेर थोरै हिङ्ग मिलाएर खान दिनाले पेटका जुका निश्चय नै मर्दछन् ।

अथवा- आधा लालदेखि २ लालसम्म एलुआ मुसब्बर आमाको दूधमा घोटेर चटाउनाले बालको कृमिरोग र पूटको रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- मंडूर भष्म तथा वायुविडंग चूर्ण समभाग लिएर महमा चटाउनाले बालकको पेटको जुका मर्दछ ।

बालरोगको औषधी

जागरमोथे, अतीस, पीपल, काकडसिंगी यी चार चीज पिनेर छान्नु, यो चूर्ण महमा मिलाएर चटाउनाले बालको ज्वर, अतिसार, खोकी, वमन, एबास आदि रोग आराम हुन्छ । बालकहरूको लागि यो अनुभूत अमोघ औषधी हो । अतीत बालरोगमा अद्भूत अमोघ औषधी हो, बालकहरूको हरियो-पहुँलो दिसा भएमा, दूध वमन गरेमा, ज्वर या सुखा रोगमा सफल औषधी हो ।

बालकको हिक्का र खोकी

कटुकीको चूर्ण महमा मिलाएर चटाउनाले हिक्का ठीक हुन्छ ।

अथवा- अतीसलाई महमा मिलाएर चटाउनाले बालकको ज्वर र खोकी निको हुन्छ ।

अथवा- धनिया र मिश्री मिलाएर चौलानीसँग पियाउनाले खोकी र श्वास ठीक हुन्छ ।

अथवा- दाख, पीपला, सूडो यसको चूर्ण घिउ र महमा मिलाएर चटाउनाले खोकी आराम हुन्छ ।

बालकको वमन

कटुकी को मसिनो चूर्ण महमा मिलाएर चटाउनाले बालकको पुरानो वमन र हिक्का ठीक हुन्छ ।

अथवा- जेठीमधु र पीपल पिनेर कागतीको रसमा मिलाएर चटाउनाले या गेरुलाई महमा मिलाएर चटाउनाले बालकको धेरै रुने-कराउने रोग निको हुन्छ ।

अथवा- भूतकेशी को धूप दिनाले र घौटा जसो घाँटीमा बाँधिदिनाले बालकहरूको राती रुने र डराउने रोग आराम हुन्छ ।

अथवा अनारको रस पिउन दिए बच्चाहरूको वान्ता आउने ठिक हुन्छ ।

बालकको तालुकंटक रोग

यस रोगमा बच्चाको तालु तल लट्किन्छ, शिरमा खाल्टो जस्तो पछ र बालकले दूध पिउँदैन । हर्षो, वच (बोझो) र कूट पानीमा पिनेर लैदो बनाई आमाको दूध वा चौलानीसाथ पियाउनाले यो रोग आराम हुन्छ ।

बालकको नाभि पाक्ने र सुन्निते

पाटाको डल्लोलाई आगोमा पोलेर दूधमा डुबाएर त्यसले नाभिमा बिस्तारै लेप गर्नाले नाभि सुन्निएको निको हुन्छ ।

अथवा- श्रीखण्डको मसिनो धूलो नाभिमा छर्किनाले नाभि सुन्निएको निको हुन्छ, पाक्ने आराम हुन्छ ।

अथवा- बाख्राको बड्कौला जलाएर त्यसको खरानी नाभिमा लगाउनाले नाभि पाक्ने आराम हुन्छ ।

बालकको सुख्खा रोग

जुन बालक दुर्बल छ, जठराग्नि अत्यन्त तेज छ र निरन्तर भोक लागी चिच्याइरहन्छ उसलाई बिदाराकन्द, गहुँ र जौको पीठो धी तीन चीज धिउमा मिलाएर खुवाउनुपर्छ, पछि मह र मिश्रीसँग दूध पियाउनु ।

बालकको करंगको रोग

यो रोगमा ज्वरो र खोकी हुन्छ, करङ्ग दबिन्छ । यो रोग दुई प्रकारको हुन्छ- यौटामा मल रोकिन्छ र ज्वरो पनि हुन्छ । यसमा बनफसा या दाख आदिद्वारा छिटो मल निकाल्नुपर्छ । दोस्रो किसिमकोमा कफको प्रकोप हुन्छ, ज्वर र उर्ध्वश्वास हुन्छ । कबीला ८ भासा र हिंग एक भासा पिनर दहीमा खल गरी मरीच जत्रो गोली बनाई दूध पिउने बालकलाई एक गोली तातो पानीसँग दिनुपर्छ । ठूलो बालकलाई यो भन्दा केही बढी दिनुपर्छ । यसले यो रोग निको हुन्छ । बालकको पेटमा कैस्टर आयल मलेर नीम या अरेण्डको पात तताएर बाँधिदिनाले पनि यो रोग निको हुन्छ ।

अथवा- प्याजको रस ३॥, बाण्डी १॥ तोला मिलाएर शीशीमा चर्क बन्द गरी भरिदिनु, एक या दुई हप्तापछि छानेर अर्को शीशीमा राख्नु, आवश्यकतानुसार २० थोपादेखि ४० थोपासम्म आमाको दूध या अन्यदूधमा मिलाएर पियाउनु । यसले बालकका धेरै रोगलाई फाइदा गर्छ ।

केटाकेटीको बेथा-मोचको औषधी

कटैयाको जरो, रुदिधाको पात-जरो कुटेर छानेर खान दिनु । (कटैयाको-चोट लागेको ठाउँमा खोटो आउँछ, त्यो) खोटो आमाको दूधमा घोटेर प्रतिदिन २ टायम १ चंचाको दरले खाउनाले निको हुन्छ । त्यो बेथामा कस्तुरी, सिद्धप्राणेश्वर महमा मिलाई चटाउँदामा पनि फाइदा हुन्छ ।

यो बेथामा सदी ज्यादा भयो भने कोखा हात्ते र आँखा नचाउने पनि गर्दछन् ।

प्रसव-व्यथामा

१ तोला धर्बेराको फूल र मिश्रीको काढा पकाई पिउनाले प्रसूतीको पीडा कम हुन्छ ।

बालकको पेटको रोग

यदि बालकको पेटमा जुका या अपच छ भने प्याजको रस निकालेर पियाउनु । यदि अजीर्ण छ भने कागतीको रसमा केशर घोटेर चटाउनु । यदि पेटमा मल सुकेको छ भने कागतीको रसमा जाइफल घोटेर चटाउनु । यदि पेटमा जुका छ भने केशर र कपूर एक एक रायोको परिमाणमा खुवाएर दूध पियाउनु । यदि बालकको

पेटमा माटो छ भने पाकेको केरा महमा मिलाएर खुवाउनु ।

बालकको आँखाको रोग

यदि बालकको आँखामा फुलो परेको छ भने आमाको दूधमा रातीगेडी घोटेर अंजन गर्नु ।

अथवा- प्याजको रस आँखामा हाल्नु । यदि रतौंथी छ भने प्याजको रस आँखामा हाल्नु या अदुवाको रस आँखामा हाल्नु या हुक्काको पानी आँखामा हाल्नु या मरीच शुक्मा घोटेर लगाउनु ।

बालकको तोतेबोली भएमा

ब्राह्मीको ताजा पात २१, मरीच ५ घोटेर एक महिनासम्म नित्य पियाउनु, यसले जिभ्रो पातलो हुन्छ र कमलो हुन्छ । गुड र प्याज मिलाएर केही दिन खुवाउनाले बालक छिटै बद्दछ । नौनी र छोहरा खुवाउनले बालकको चैतन्य बद्दछ ।

बालकले कान कम सुन्नु

कुनै कारण नभै कानले कम सुनिन्छ भने सफेद खयर कपडामा छानी तातो पानीमा मिलाएर पिचकारीद्वारा कानमा हाल्नु, पछि कान धोएर सफा गर्नु । यदि कुनै घाउको कारण वा बिफरपछि बहिरो भएको छ भने राति छोहरा पानीमा भिजाइदिनु दिसा साफ हुन्छ ।

बालकको पेट साफ गर्नुपरेमा

यदि बालकको पेट सफा गर्नु छ भने राति छोहरा पानीमा भिजाइदिनु, बिहान त्यही पानीमा मलेर निचोर्नु, छोहरा प्याँकिदिनु, पानी पियाउनु दिसा साफ हुन्छ । यदि बालक कमजोर छ भने

तागतअनुसार ३ मासादेखि तीन तोलासम्म छोहरा निकालेर पिष्टु र कपडामा राखेर रस निकाल्नु । यसरी नित्य दिनमा २ पटक पियाउनु, बालक बलवान् हुन्छ । एक महिनाभन्दा कम उमेरको बालकलाई यो रस न पियाउनु ।

बालकको हुपीड कफ (लहरे खोकी)

यसको दुई अवस्था हुन्छ । पहिलो अवस्था आठ-दश दिनसम्म रहन्छ । यस अवस्थामा थोरै ज्वरो हुन्छ, मुख खोकी चल्छ । खोक्दा खोक्दा बालकको मुखको रंग बदलिन्छ । दोस्रो अवस्थामा पहिलेको जस्तो खोकी रहँदैन । खोकी उठेपछि जबसम्म कफ निक्लँदैन या वमन हुँदैन तबसम्म बालक एकदम बेचैन रहन्छ । यस बेला बालकको आँखा लाल लाल हुन्छ । कसैको नाकबाट रगत पनि आउँछ । यस रोगको अवधि ४५ देखि ९० दिनसम्म हुन्छ । अवधि पुरा नभई यो रोग प्रायः पूर्णतया ठीक हुँदैन ।

अतीस, काकडसिंगी, दालचिनी, अलैचीको बियाँ समभाग लिएर पिनेर छान्नु । एक लाल चूर्ण एक मासा महमा मिलाएर चटाउनाले कफ निस्केर खोकीको कष्ट आराम हुन्छ ।

अथवा- हलेदी, दालचिनी, वायुविडंग, नागकेशर हरेक ३ मासाको गेडाजत्रो गोली बनाउनु । बालकको अवस्थाअनुसार एक या आधा गोली महमा मिलाएर खान दिनु । यसबाट कठोर खोकी पनि निको हुन्छ ।

अथवा- बर्रोको बोक्रा र बदामको बोक्राको काँडा बनाउनु । फेरि छानेर मिश्री मिलाएर पकाउनु । जब केही गाढा जस्तो हुन्छ, त्यसमा सानो पिपला पिनेर मिलाउनु । यो नित्य अलिअलि चटाउनाले लहरे खोकी ठीक हुन्छ ।

बच्चाको टाउकामा घाउ खटिरा भएमा

तामाको भाँडामा एकमाना जति दही हालेर तीन दिन राख्ने र त्यही दहीले नुहाइदिए टाउकाको घाउ खटिरा निको हुन्छ ।

बच्चाहरूलाई सदीं लागेमा

बच्चाहरूलाई सदीं लागेको छ भने जाइफल घोटेर दूधमा मिलाएर ख्वाउनाले बच्चाको सदीं ठीक हुन्छ ।

बच्चाको पेट फुलेमा

तुलसीको पातको रस मनतातो तताएर दुई चम्चाको दरले दिनमा २ पटक ख्वाउने गरेमा बच्चाको पेट दुख्नेबाट बचाउँछ ।

बच्चाको पेट फुलेर दिशा राम्रो नभएमा

तुलसीको रस र पानको रस सहन सक्ने गरी तताएर दिनमा २ पटक २/२ चम्चा खुवाउने गर्नाले पेट दुख्ने र दिशा बिग्रेको दुवै ठिक हुन्छ ।

बच्चाको कान दुखेमा

तुलसीको पातको रस सहन सक्ने गरी तताएर २/४ थोपा कानमा हालिदिने गरेमा कानको रोग ठिक हुन्छ ।

बालकको अतिसारको औषधी

कलिलैमा बेलको फल तोडेर काट्नु र सुकाएको टुक्रा र धर्जेराको फूल र सालथूष कुटेर पिसेर समान भाग मिलाएर खान

दिनु । पाइएमा वंशलोचन पनि मिसाउनु । १० १५ दिनसम्म १ तोलाको मात्रा गरी दिनु निको हुन्छ ।

बालकलाई दिसा लागि रहेमा

राम्रो केशर ३ लाल घिउमा मिलाएर चटाउनु, दिसा बन्द हुन्छ ।

अथवा- बेलगिरी एकमासा र खयर १ मासा मसिनो गरी पिनेर राख्नु । त्यसबाट ४-४ लाल आमाको दूधसँग खान दिनु बालको दाँत आउने बेलाको दिसा लाग्ने ठीक हुन्छ ।

अथवा- अतीसलाई आमाको दूधमा घोट्टेर दिनमा २-३ पटक खान दिनु ठीक हुन्छ ।

अथवा- बेलगिरी सुठो, जाइफल, नागकेशर, ठूलो अलैंची, समभाग गरी पिनेर छान्नु फेरि खलमा राखेर पोस्त दानाको काठसँग घोट्नु, चना जत्रो गोली बनाई बालकको उमेर अनुसार आधा या एक गोली आमाको दूधसँग ख्वाउनाले दिसा लागेको ठीक हुन्छ ।

बालकलाई धनुर्वात भएको औषधि

आँखा नचाउने, आकाशतिर हेर्ने, थर्थरी काँप्ने रोगलाई धनुर्वात भन्दछन् । यो रोग केटाकेटीहरूलाई मात्र हुन्छ । यो रोग देख्दा परेमा आमाको दूधमा बोझो घोट्टेर बाबुले चन्दन जरस्तो बनाई अलिकति खानु दिनु । अलिकता (बाँकि रहेको) तालुमा, नाभिमा, हत्केलामा, पैतालामा लगाइदिनु, निको हुन्छ ।

बालको दाँत आउने समयमा कष्ट

शिरस (शिरीष) को बियाँको माला बनाएर बालकको गलामा लगाइ दिनु । यसले बालकको दाँत सजिलै निस्कन्छ ।

अथवा- कपूरको चक्कीको माला बनाएर लगाइदिनाले पनि सजिलै निस्कन्छ ।

अथवा- कौडी भस्म महमा मिलाएर गिंजामा मल्लाले पनि बालकको दाँत सजिलोसँग निस्कन्छ ।

बालकको खोकी र श्वासमा

१ मासा धनिजाँको धूलो, आधा चौथाई जति चौलानीमा हालेर खान दिनु - खुवाउनु, बच्चाको खोकी र स्वास रोग ठिक हुन्छ ।

अथवा- ६ मासा सुहाग (स्वाग)लाई भुटेर त्यसमा १ तोला मरीच खूब मसिनो पिसेर घिउकुमारीको रसमा मिलाई खुवाउनाले बालको खोकी निको हुन्छ ।

अथवा- गाईको घिउ बालकको नाभीमा लगाइदिनाले पनि खोकी आराम हुनसक्छ ।

अथवा- नागरमोथा र मुलेटी बराबर भाग लिएर पिस्नु छान्नु । ४ रत्ती यो औषधीमा १ मासामहर आमाको दूधमा घोलेर खुवाउनाले बालकको खोकी निको हुन्छ ।

अथवा- हरो भुङ्ग्रामा घुसारी पोल्नु । केही समयपछि निकालेर घाममा सुकाउनु । आवश्यक पर्दा केही टुक्रा मुखमा चुसिरहने गर्नाले खोकी आराम हुन्छ ।

अथवा- हरो गहुँतमा पकाई छायाँमा सुकाउनु, खोकी लागेको बेलामा त्यसकै टुक्रा मुखमा लिई चुसी राख्नु ।

अथवा- अनारको बोट्टाको धूलो र नून मिलाई चढाइदिनु ।

अथवा- वरी आगामा फुराई नूनक साथ घोटो चढाइदिनु ।

अथवा- वंशलोचन, महमा मिलाई खान दिनु ।

अथवा - धनित्राँ र भित्री बराबर पारी २ लाल पिंधेर चौलानीका साथ खान दिनु दम, खोकी निको हुन्छ ।

अथवा - घ्यूकुमारीको गुदीमा ल्वाङ्ग र मरीच बराबर लिई पिंधेर चनाको जत्रो गोली बनाई खुवाउनाले बालकको खोकी निको हुन्छ ।

बालकको पिशाच रोकिएकोमा

कागतीको बित्राँ पिंधेर नाभिमा लगाइदिनु, विस्तारै (अलि अलि) चिसो पानी पनि चुहाइदिनु पिशाच खुल्दछ ।

ब्याएको गाई भैंसीले बाछा पाडालाई दूध न दिएमा

जुन गाई भैंसीले बाछा पाडालाई दूध दिंदैनन्, त्यसको दूध कुनै प्रकारले द्धेर उही दूध, दूध नदिने गाई भैंसीलाई खुवाइदिनु । बाछा पाडालाई दूध खान दिन्छ । मानिसलाई पनि दिनसक्छ ।

बालिनालिमा कीरा लागेमा

सागपात आदि जुनसुकै विरुवामा कीरा लाग्यो भने गुईठाको खरानीको धूलो छरिदिनाले कीरा नष्ट हुन्छन् । बालिनालि सप्रिन्छ ।

अथवा- गाईको गहुँत छर्किदिनाले सबै कीरा मर्दछन् ।

बाथ रोगमा

ज्वानोको तेलले मालिस गर्नाले बाथ रोग ठिक हुन्छ ।

बाथ शूलमा

ज्वानो, सिधेनू, हिङ्ग, जवाखर, हरीको बोक्रा सबै समभाग

मिलाएर चूर्ण बनाई १/२ चम्चा पानीसँग खाने-गरे मा शूल रोग ठिक हुन्छ ।

बालतोडमा

बालतोड भएको ठाउँमा पिपलको बोक्रा पिसेर लगाइदिए बालतोड ठिक हुन्छ ।

बारुलाले टोकेकोमा

कागतीको रसमा नून मिलाएर लगाउनाले बारुलाले टोकेकोमा आराम गर्दछ ।

बिच्छले टोकेकोमा

चिलाउनेको गेडा पानीमा घोटी लगाउनु ।

अथवा- पत्थर कोइला घोटी लगाउनु ।

अथवा- टोकेको ठाउँमा आफैले पिशाब गरिदिनु ।

अथवा- अपामार्ग (दतिवन) को जरा र अमिलीको बिजाँको गुदी पानीमा घोटी लगाउनु, छिट्टै निको हुन्छ ।

बिग्रेको घिउ सुधाने उपाय

यदि घिउ पुरानो भएर बिग्रन थालेको छ भने कराही (वा कुनै सफा भाडा) मा त्यही घिउ हाली तताउनु र त्यसमा एउटा प्याजको गाँठो पनि हाल्नु, घिउ खूबसँग तातेपछि उतार्नु र सो प्याज पनि निकाल्नु दिनु । बढिया हुनेछ ।

बेर्नु निस्केकोमा

घिउ अथवा तेल लगाएर बेर्नु सेक्नु र भित्रतिर सुस्त सुस्त घुचेटेर (गोरु या अन्य पा पालुवा भैंसी, राँगा आदि भरेकोको) छालाको लँगौटी लगाउने गर्नु ।

अथवा चिनी र कमलको पात बराबर मिलाएर खाने गर्नु, बेर्नु निस्कंदैन ।

अथवा फिट्किरीको चूर्ण ६ भासा, पानी ५ तोला जति मिलाउनु र त्यसैले बेसरी (बेर्नु) धोएर बिस्तारै घुचेदुनु; ४/५ दिनमा टुङ्गो लाग्दछ ।

अथवा चरिअमिलीको रस धोई घिउमा पकाएर बेर्नु निस्केको ठाउँमा लगाउनाले बेर्नु निस्कन बन्द हुन्छ ।

अथवा- गाईको गोबर तताएर बेर्नु सेक्नु, बिस्तारै भित्र पसालेर लँगौटी लगाइदिनु, ३/४ दिनसम्म यस्तै गरी सेक्ने-लँगौटी बाँध्ने गर्नु, बेर्नु निस्कन बन्द हुन्छ ।

अथवा- गाईको नौनी घिउ सालको पातमा राखी तताएर सेक्नु ।

अथवा- १ माना पानीमा ६ भासा फिट्किरीको धूलो हाली फेटेर बेर्नु, धुनु र मनतातो गरी सेकेर बिस्तारै भित्र ठेलिदिनु, ६-७ दिनमा ठिक हुन्छ ।

बिच्छी आदि विषालु कीराले टोकेकोमा

बिच्छीले टोकेपछि आगोले पोले जस्तो डाह हुन्छ । भयंकर पीडा हुन्छ र छिटै पीडा र विष माथितिर सदैँ जान्छ । पीडा सबैतिर फैलिन्छ र फेरि टोकेको ठाउँमा केन्द्रित हुन्छ । सर्वप्रथम टोकेको ठाउँमा माथितिर ३-४ बन्धन कसेर बाँधिदिनु, क्रस (+) चिन्ह गरी घाउ लगाई त्यहाँबाट रगत निचोर्नु र त्यहाँ पिसाब गरिदिनु ।

मूलाको पातको रस वा काँक्रोको पातको रस बिच्छीलाई हालिदिनाले बिच्छी मर्दछ । ओखरको गुदी चपाउनाले र घिउमा कोही सिधेनून मिलाएर पिउनाले बिच्छीको विष उत्रन्छ । टोकेको ठाउँमा पनि यो लगाउनु ।

अथवा- एक वा दुई जमालगोटा पानीमा पिनेर टोकेको ठाँउमा लगाउनाले बिच्छीको विष निश्चय शान्त हुन्छ ।

अथवा- लहसूनको रस र मह ३-३ तोला मिलाएर पिउनाले पनि आराम हुन्छ ।

अथवा- मूला र नून पिनेर टोकेको ठाउँमा लगाउनाले र खानाले पनि बिच्छीको विष शान्त हुन्छ ।

अथवा- सिरिसको बीज र पिप्ला समभाग गरी चूर्ण बनाई चूर्णलाई आँकको दूधमा मिलाई मल्लू २-३ घण्टा त्यसै रहन दिई त्यसपछि चूर्ण सुकाउनु, यसरी ताजा आँकको दूधमा ३ भावना दिन भिजाई सुकाई शीशीमा भरेर राख्नु, जब बिच्छी वा कुनै विषालु जन्तुले टोक्यो भने यो औषधी थोरै पानीमा घोलेर टोकेको दूधमा ३ भावना लगाउनु निश्चय आराम हुन्छ ।

अथवा- अपामार्गको जरा मुखमा हाली चपाउनाले र रस चुसनाले तत्काल विष नष्ट हुन्छ । बिच्छीले टोकेको लागि यो अमोघ औषधि हो ।

धतुराको रस, आँकको दूध, खुदो र घिउ मिसाई घसनाले विष जान्छ । साथै यो औषधी प्रयोग गरुञ्जेल कालो उँखुको खुदो ६-७ मुठी जति खाने गर्नाले छिटो विष उत्रन्छ । (विषको असर लाग्दैन) ।

अथवा - सिमली र शिलाजीत (अनुपान मिलाई) बिहान बेलुकी केही दिनसम्म खानु ।

अथवा सिमलीको पात पिंधेर पागल कुकरले टोकेको घाउमा लगाउनु, विष नष्ट हुन्छ ।

अथवा

डर् लाग्दो बहुला कुकुरहरूले टोकीदियाको महाँ घत्तूरा रस आँकको दूध घिउ चार चार मासा जहाँ ।
लीनु, मसिनु लेप लाग्नु सबै नाश हुन्छ कुकुर विष
आँकैको दूध, तेल, सख्खर मिसी लेपादिले जान्छ विष ॥

अथवा- रौं नभएको सिंहको छाला १ लाल, केराको कोसोभिन्न हाली १ १ घण्टामा ३ मात्राको दरले खानु

अथवा- सोधित हरताल ५ लाल २५० ग्राम जति दहिसँग खान दिनु ।

भगन्दर र मलद्वारसम्बन्धी रोगको लागि

एक सेर गाईको दुधमा एक छटाक भाँग तताएर त्यसको बाफ मलद्वारमा पुर्‍याउनु र माथि लेखिए अनुसारको नीमको मलम लगाउनु, दुधमा पकाएको त्यो भाङ मलद्वारमा पट्टी जस्तो गरी बाँधिदिनु । अवश्य लाभ हुन्छ ।

१ तोला भरीच, डेढ तोला रस कपूर लिएर दुइटैलाई खूब मैदा गरी पिसी नित्य ५ रति चूर्ण तातोपानीसँग या गाईको दूधसँग खानु । यसरी २० २५ दिनसम्म लगातार सेवन गर्नाले भगन्दर नष्ट हुन्छ ।

भगन्दर (पुरानो खटिरा) को घाउको लागि

फिटकिरी पाँच तोला, सेलखरी ५ तोला, सिन्दूर १ तोला तयार पार्नु । पहिले पिनेको फटकिरी ताउमा तताउनु, अनि पिनेको सेलखरी एकएक चिम्टी गरी त्यसमा हाल्दै जानु, र चलाउँदै जानु अनि सिन्दुर

पनि ताउमा भुटेर भस्म गराई त्यसमा मिलाउनु गाईको तताएर सेलाएको दूधमा अलि अलि हालेर २१ दिनसम्म लगाइरहनु । औषधी अनुभूत छ ।

भलायो उच्छ्रेमा

बाख्रीको दूधमा तिल पिसुन र त्यसमा नौनी मिलाएर लगाउनाले उच्छ्रेको र सुत्रिएको हटाउँछ ।

अथवा- गाईको नौनी मात्र लगाउनाले पनि भलायो उच्छ्रेको र स्यूँडीको दूध आँखामा परेर पोलेको पनि आराम गर्दछ ।

भाङ्को नशामा

कागती चुस्नाले वा कागतीको पुरानो अचार खानाले भाङ्का विष नष्ट हुन्छ ।

भूत बाधामा

मैनको धूप मुँघाउनु बेहोसीपन हट्दछ ।

अथवा- मजुरको प्वाँख डढाएर मुँघे गर्नाले काम- ज्वरो नष्ट हुनुका साथै ग्रहबाधा समेत हट्दछ ।

भैंसे दाद

दाद भएको ठाउँको छाला भैंसीको छाला जस्तो कालो र बाक्लो हुन्छ । बोक्रा सहितको मुँगीको दाल पसिनो गरी पिनी नित्य लगाउनाले यो आराम हुन्छ ।

भोक जगाउनु परेमा

भोक न लाग्ने खान रुची न हुने भएमा मुलाको सेबन बढि

प्रयोग गर्नु, १ भूलाको बीड भुटेर त्यसको अचार खाने गरेमा पनि खाएको पचाउँछ र भोक बढ्दछ ।

अथवा- निमको बोक्राको धूलो ५ तोला, ल्वाङ्को धूलो ५ लाल, उमालेको पानी डेड माना मिसाएर १५ मिनेट पकाई उत्तरेर छात्रु, ३ मात्रा ३ औंस दिनको २ पटक खाने गर्नाले रगत सफा गरी भोक जगाउँछ ।

अथवा- मूलाको सागदिउसो खायो भने भोक जाग्दछ, खाएको चीज पचाइदिन्छ, भोजनका अन्त्यमा १ टुक्का पूला खायो भने ३ घण्टा भित्रमै सबै पचाइदिन्छ ।

अथवा हिउँद महिनामा ४ रत्ति छिउँकेझार सखर मिलाई खानु । १-१ रत्ति बढाउँदै १ मासासम्म पुर्‍याउनु, गर्मी प्रकृतिको शरीर छ भने मिश्री काँढासँग खानु । तन्दुरुस्त भोटो र शक्तिशाली बन्नु छ भने घिसँग मिलाएर खानु, भोक जगाउँछ, अजीर्ण नाशक छ ।

मधुमेहको औषधी

जामुनाको गेडा घाममा सुकाएर कुटेर चूर्ण बनाउनु, १/१ तोलाको दरले १ महिनासम्म दूधसँग खाने गर्नाले मधुमेह रोग ठिक हुनजान्छ ।

अथवा- ६ मासा गुर्जोको चूर्ण र ६ मासा मिश्री मिलाई सेवन गर्नाले पिशाबबाट चिनी जाने रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- १ तोला घ्यूकुमारीको गुदी १ मासा गुर्जोको चीनीसँग खानाले मधुमेह नष्ट हुन्छ ।

अथवा- ५ ग्राम दूबो, १ ग्राम पाषाणभेद, १ ग्राम हिङ सबैलाई कुटेर धूलो पार्ने १ दिनको २ पटक खालिपेटमा २/२ चम्चा मजतातो पानीसँग सेवन गर्ने गरेमा मधुमेह रोग नष्ट हुन्छ ।

मन्दाग्नीमा

१ ग्रामसिधेनून, १ ग्रामहिड, मन्द आगोमा भुटी पिसेर अलिकता अदुवा पनि मिसाउनु र भोजनको पहिल्यै र पछि पनि खाने गर्नाले मन्दाग्नी हट्दछ ।

अथवा- २/३ तोला नासपतीका रसमा पिपलाको धूलो छरेर पिउने गर्नाले मन्दाग्नी नष्ट हुन्छ ।

महको गुण

शरीरको रंगलाई सफा गर्दछ ।

बुद्धि, बल, जीर्णवर्धक, धातु पुष्ट र रोचक छ । खोकी, पित्त, कफ, प्रमेह, कृमी, तीर्षा, वान्ता, दम, हिक्का, अतिसारमा, हृदय रोग, औंढाहा इत्यादि रोग नाशक छ ।

मह ४ प्रकारको हुन्छ-माक्षिक, पैत्तिक, क्षौद्र र धामर । सबैभन्दा असल घरमौरीको मह हो । यो जति पुरानो हुन्छ त्यति (जति) फाइदा गर्दछ ।

२ मासा महमा मरीचको धूलो मासा, सुठाको धूलो, १ मासा मिलाई दिनको ३/४ पटक खाने गर्नाले रुघा, खोकी, कफ निको हुन्छ ।

३ मासा मह, ६ मासा घिउ मिलाई चाट्नाले खोकी अवश्य निको हुन्छ ।

मह ६ मासा, असुराको रस ६ मासा मिलाई ७ दिन अथवा २१ दिनसम्म खाए धातु क्षय, खोकी, दम निको हुन्छ ।

अथवा मह ६ मासा, पिपलाको धूलो २ मासा मिलाई खानाले कफ खोकी कम हुन्छ ।

मस्तिष्कको रोगमा

छिटैकेझारको फूल माडेर नश लिनाले खूब हाच्छिउँ आउँछ, मस्तिष्क सफा गराउँछ । कफ, वायु दोष नष्ट हुन्छ, पिनाश पनि नष्ट हुन्छ ।

अथवा मह, को जरो कुटेर मसिनो रुमालमा बाँधी नस लिनाले पनि सोही सरह फाइदा गर्दछ ।

मस्तिष्कको लागि पथ्यापथ्य

स्मरणशक्ति तथा बृद्धिलाई बढाउने र त्वरालाई निर्मल गर्ने सात्विक पदार्थ नै मस्तिष्कको लागि हितकर छ । तामसी भोजन जस्तो अत्यन्त गरम, अत्यन्त दाहक, अत्यन्त क्षोभक, अत्यन्त उत्तेजक पदार्थले मस्तिष्कलाई बिगार्दछ र यसैले मनुष्य मस्तिष्कको शान्त वृत्ति हराएर क्रामक्रोध आदि मानसिक विकारले वशीभूत हुन्छ । हिन्दुधर्मशास्त्रमा यही लाभको लागि र प्रापबाट बच्नको लागि हविष्यान्न खाने उपदेशहरू दिइएका छन् । गहुँ, चामल, मुगी, चना, घिउ, दूध, चिनी, सिधेनून, अदुवा, अमला, परवर र उत्तम फल यी सबै हविष्यान्न हुन् । बदाम, पिस्ता, चिर्गीजी आदि पनि मस्तिष्कको लागि लाभदायक छन् । संखाहुली, ब्राह्मी र मालकागुनी आदि पनि मस्तिष्क सुधार्ने औषधी हुन् ।

मस्तिष्क ठण्डा राख्नु, पाउ गरम राख्नु, पैतलामा तेल लगाउनु, सुगन्धित पदार्थ मस्तिष्कमा लाउनु आदि बाह्य उपचार पनि लाभदायक छन् । जसले तातो, अमिलो, दाहक, क्षोभक पदार्थ धेरै खान्छन् तिनीहरूलाई बाह्य उपचार लाभदायक सिद्ध हुँदैन ।

एकपटक खाएको अन्न न पचुन्जेल अर्कोपटक बिर्सेर पनि न खानू । धेरै व्यक्ति अजीर्णको शिकार हुँदा हुँदै पनि दुवै समय गरिष्ठ

भोजन गर्दछन् । यसो गर्नाले रोग असाध्य भएर अनेक अरु रोगहरू उत्पत्ति हुन्छन् । छिटोछिटो खानु, राम्ररी न चपाई खानु, खाने समयमा मन प्रसन्न न राख्नु-यो दोस्रो खराबी हो । भोजन खूब चपाएर खानु र खाने बेलामा मन प्रसन्न राख्नु यी दुवै कुरा लाभदायक छन् । कतिपय आमाबाबु केटाकेटीले हाँसी-खेली खाएको देखेर गाली गर्दछन् केटाकेटी छिटो खान थाल्दछन् छिटो छिटो खानु या पानीसँग गाँस निल्नु यही नै अजीर्ण रोगको प्रधान कारण हो । अरु सबै रोगको जस्तै अजीर्ण या भोजन ठीकसँग न पचु नै हो । यसकारण जीवनको आधाररूप भोजनलाई खूब शान्ति, खूब प्रसन्नता र खूब चपाएर खानुपर्छ, यस्तो गर्नाले भोजन राम्ररी पचिन्छ, जठरानि कमजोर हुँदैन । यस्तो बानी बच्चाहरूलाई शुरुमै गराउनुपर्छ ।

मलेरिया (ज्वरो)मा

कालो तुलसीको पात ११ ओटा र मरीच दाना ११ ओटा दाना एकत्र गरी पानीमा पकाउनु, बाक्लो बाक्लो हुन लागेपछि उतारेर चिसो बनाई पिउँदै रहनु । साथै अपामार्गको जस्तो रातो रेशमको कपडामा बेही दाहिने पाखुरामा बाँध्नु राहत मिल्दछ ।

मलेरिया ज्वर (विषम ज्वर)

तुलसीको पातको रसमा मरीचको धूलो मिलाएर पिउनाले विषम ज्वर ठीक हुन्छ ।

अथवा - कालो जीरा र पुरानो चाकु बराबर भाग लिएर त्यसमा मरीचको धूलो मिलाएर खानाले विषम ज्वर निश्चय नै ठीक हुन्छ ।

अथवा- सूठो, जीरा, चाकु पिनेर तातो पानासँग पिउनाले अथवा चौलाईको जरा शिरमा बाँध्नाले पनि विषम ज्वर ठीक हुन्छ ।

अथवा- गुर्जोको चूर्ण १०० तोला, गुड १६ तोला, मह १६ तोला, गाईको घिउ २० तोला यी सबै मिलाएर दुई तोलाको गोली बनाएर दूधसँग नित्य एक गोला खानाले विषम ज्वर तथा नेत्ररोग ठीक हुन्छ । यो त्रिदोषनाशक, मेधाजनक, पौष्टिक रसायन हो ।

अथवा- हरी, जिरा, र अजवायन मिलाएर सेवन गर्नाले अथवा सेतो करवीरको जरो आइतवार कानमा बाँध्नाले पनि विषम ज्वर ठीक हुन्छ ।

अथवा- आइतवार अपामार्गको जरा सातवटा रातो धागोमा बाँधेर कमरमा बाँध्नाले तेस्रो ज्वर नष्ट हुन्छ ।

अथवा- अगस्ति फूलको पातको रस नस लिनाले चौथो ज्वर अवश्य ठीक हुन्छ । यो रस नाकमा हाल्नाले आधा कपाल दुख्ने पनि निश्चय ठीक हुन्छ ।

अथवा- हिङ् पुरानो घिउमा पिनर नस लिनाले या सहदेवीको जरा रविवारको दिन हातमा बाँध्नाले चौथो ज्वर आउँदैन ।

अथवा- नौसादर ३ लाल, मरीच २ दाना पिनर ज्वरो आउने पालोको दिन खुवाउनाले पनि चौथो ज्वरो आउँदैन । पुरानो बोर (टाट) को खरानी, मह अथवा घिउमा मिलाएर चाट्नाले नित्य आउने अथवा दिनमा दुई पटक आउने अथवा तेस्रो या चौथो दिन आउने ज्वर ठीक हुन्छ ।

वर्धमान पिप्पली

गाईको दूधका पाँच पिप्ला हालेर पकाउनु जब, दूध राम्रोसँग पाक्छ अनि पिप्ला खाएर दूध पिउनु । दोस्रो दिनदेखि ३-३ पिप्ला बढाउँदै जाने सातौं, दिन २३ पिप्ला पकाएर दूध पिउनु । आठौं दिनदेखि ३-३ पिप्ला घटाएर सातौं दिन ३ पिप्लामा आउनु यसले

जीर्णज्वर, खोकी, प्लीहा, गुल्म; बबासीर, प्रमेह, बातरोग नष्ट हुन्छ ।
औषधी अद्भुत छ । कमलापित्तको लागि रामबाण छ ।

घिउकुमारीको गुदी नित्य ६ मासा, मरीच र जिरा ४-४ लाल
मिलाएर खानाले प्रमेह र पुरानो ज्वर आराम हुन्छ ।

गुर्जोको स्वरसमा पिप्ला र मह मिलाएर खानाले पुरानो ज्वरो,
कफ, फियो बढेको र खोकी आराम हुन्छ ।

दशमूल २॥ तोलाको काँडा बनाउनु । चौथाइ पानी बाँकी
भाएपछि छान्नु, थोरै मह मिलाएर बिहान सधैं पिउनाले सूजन र ज्वर
ठीक हुन्छ । यही काढाँमा दूध पकाएर खानाले सुत्केरी स्त्रीको
ज्वर आदि सब रोग ठीक हुन्छन् ।

ज्वरको उपद्रवस्वरूप श्वासन, वमन आदि हुन्छ । त्यसको
चिकित्सा मूल रोगको चिकित्सासहित गर्नुपर्छ ।

मद्यपान (रक्सी) खान छुटाउने उपाय

जो मानिस धेरै रक्सी खान्छ, त्यसलाई खानेवाला व्यक्तिले न
देख्ने गरी कालो कौवाको पित्त मदिरामा राखी खान दिनु त फेरि
कहिल्यै रक्सी खान मन गर्ने छैन ।

अथवा - पैसीप्लोरा मदर टिंचर (होम्यो) २० थोपा पानीमा
राखेर नित्य दिनको ३ पटक पिउने र बिहान नारंगी (नरिवल) को
सेवन गर्ने र खाना खाइसकेपछि कफी या चिया पिउने गर्नाले केही
दिनमै रक्सी खान छुटाउने छ ।

मिर्गी रोगमा

मृगी रोगमा शरीरमा ऐँठन हुन्छ । आँखा, हात, पाउ, शरीरलाई
कसैले थिचेको जस्तो प्रतीत हुन्छ । रोगीको दाँत टम्म जोडिन्छ ।

मृगी रोगको मूर्छामा रोगी एककासि च्याँडिएर लड्छ र फिँज काद्दछ, अरू मूर्छामा फिँज काद्दैन ।

अपामार्गको जरी या पातमा मरीच र सौंष मिलाएर पिसनु र पानी मिलाई पिउनाले मिर्गी रोग हटाउँछ । अपामार्गको जरी या पात भने मरीच र सौंष भन्दा दोब्बर हुनुपर्दछ ।

अथवा एउटा ल्वाड, अलिकता हिङ, एउटा जाइफल यी सबैलाई एकत्र गरी रेशमको कपडामा राखी रेशमकै धागाले सिएर जन्तर जस्तो बनाई रविवार या मंगलवार धूप राखी धूवाँमा सो जन्तर घुमाई घाँटीमा लगाइराखनाले मृगीरोग जान्छ ।

अथवा ६० ग्राम जति प्जानो, ३० ग्राम सुहाग मिलाउनु र पिसेर छात्रु अनि सिसोमा राख्नु । बिहान बेलुकी १ १ ग्रामका दरले धेरै दिनसम्म खानु, लाभ गर्दछ ।

मिर्गौलाको रोगमा

दश तोलस मूलाको रसमा मिश्री मिलाएर बिहान बेलुकी खाने गरेमा मृगौलाको रोग नष्ट हुन्छ ।

मुखबाट रगत आउने रोगमा

काँचो फिङ्किरी आधा तोजा, हिङ्गुल १ आनाभर लिएर दुवैलाई मिलाई पिसनु र दुबाको रस पनि १ आनाको तौल जति लिई यी सबैलाई एकत्र गरी २ रत्तीको मात्रा गरी (१० १५ दिन सम्म) १०-१२ पटक गरी सेवन गर्ने गर्नाले रगत आउने बन्द हुन्छ ।

मुख नभएको पिलोमा

चरिमिलीको पात पिँधेर त्गनाउनाले निको हुन्छ ।

मुख भित्रको खटिरा र गींजाबाट रगत आउनेमा

५ तोला कोइरालाको बोक्रा २ माना पानीमा पकाउनु आधा माना पानी बाँकी रहेपछि त्यो पानीले कुल्ला गर्नु, मुखको खटिरा र घाउ नष्ट हुन्छ । सुत्केरीको मुखको खटिरा पनि ठिक हुन्छ ।

अथवा- ताजा कागतीको रस र त्यति नै पानी मिलाएर कुल्ला गर्नु ।

मुख पाक्ने रोगमा

करेलाको रसमा खरिमाटो (दुङ्गा) मिलाएर लगाउनाले मुख पाक्ने रोग नष्ट हुन्छ ।

मुखको दाग हटाउन र अनुहार सुन्दर बनाउनमा

चनाको दाल भिजाउने र त्यसमा बेमार मिलाएर लगाउने र खाने पनि गरेमा मुखको दाग हटी अनुहार सुन्दर बनाइदिन्छ ।

मुसा निस्कएकोमा

शरीरमा पीडा रहित, मासको दाल जस्तो कालो फोकाहरू उठेका हुन्छन् । त्यसलाई मूसा भनिन्छ । शरीरमा जति जति मूसा छन् त्यति दाना भरीच लिएर शनिवार निमन्त्रण गर्नु, रविवार बिहान त्यसलाई कपडामा बाँधेर चार दोबाटोमा छोडिदिनु । मूसा नष्ट हुन्छन् ।

अथवा- धनियाँ पिनेर लगाउनाले या सिपीको खरानी पानीमा मिलाएर मूसामा लेप गर्नाले मूसा नष्ट हुन्छन् ।

कागतीको रस ५ मासा, जवाखर ३ मासा, निलोतुथो र सुहाग ४ मासा, मसिनो पिंथी मुसा कोट्याई लगाउनु फेरि कहिल्यै मुसा आउँदैन ।

मूत्रकृच्छ्र रोग

यस रोगमा पिसाब ज्यादै कष्टसँग थोपा गरी हुन्छ । अथवा रक्तमिश्रित पिसाब थोरै गरी आउँछ । नाभिको तल जाँघमा र मूत्रनलीमा ज्यादै कष्ट हुन्छ । यदि मूत्रकृच्छ्रमा छातीमा पीडा, कोखमा शूल हुने, मँदाग्रि, मूर्छा र दारुण मूत्रकृच्छ्र छ भने पत्थरीको मूत्रकृच्छ्र भनी जान्नुपर्छ । यदि पिसाबमा रगत आउँछ भने अमला र उखुको रसमा मद्द मिलाएर पियाउनु ।

अथवा- ६ मासा जवाखरमा ६ मासा मिश्री मिलाएर कुभिन्दोको रससँग खानु ।

अथवा- दुई तोला अमलाको काँढामा एक तोला गुड मिलाएर खानाले पनि मूत्रकृच्छ्र आराम हुन्छ ।

अथवा- सूर्यमुखी फूलको बीज ६ मासा वासी पानीमा पिनेर छान्नु र पिउनु, सब प्रकारको कठिन मूत्रकृच्छ्र आराम हुन्छ ।

अथवा- अलैंची, पाषाणभेद (जरो), शुद्ध शिलाजित्त, पिप्पला, काँक्रोको बियाँ, सीधनून र केशर समभाग गरी पिट्नु र छान्नु । ३-४ मासा चूर्ण चौलानीसँग खानु कठिन मूत्रकृच्छ्र पनि आराम हुन्छ ।

अथवा- २ तोला गोक्षुर (गोखरु) एक पाउ पानीमा पकाउनु, चौथाइ भाग बाँकी भएपछि झिकी चिसो पार्नु र दुई तोला मिश्री मिलाएर पिउनु । यसले पनि मूत्रकृच्छ्र आराम हुन्छ ।

अथवा- भुटेको फिटकिरी २ मासा, गेरू २ मासा, मिश्री ६ मासा यो सबै पिनी छानी एक मात्रा बनाउनु । यो पिएर पछि गाईको तातो दूध पिउनु २१ दिनमा सूजन र मूत्रकृच्छ्र आराम हुन्छ । ६ मासा साल (सालको खोटो),

अथवा- ६ मासा मिश्री मिलाएर पानीसँग पिउनाले पिसाबसँग

रगत आउने आराम हुन्छ । यस रोगमा दही, गुड, खुसानी, तेल र जलन गर्ने पदार्थ अपथ्य छन् ।

मूत्राघात रोग

मूत्राघात र मूत्रकृच्छ्र रोगमा यो फरक छ कि मूत्रकृच्छ्रमा मूत्रको रुकावट थोरै बेरसम्म पनि हुन्छ मूत्राघातमा धेरैबेरसम्म हुन्छ । मूत्रकृच्छ्रमा पिसाब गर्दा अधिक कष्ट हुन्छ मूत्राघातमा पिसाब गर्दा धेरै कष्ट हुन्छ । मूत्राघातमा पिसाब रोकिई थोरै हुन्छ या बन्द हुन्छ, किन्तु मूत्रकृच्छ्रमा पिसाब त्यति बेर रोकिंदैन । कपूरलाई पानीमा पिनेर कपडामा लपेटेर बत्ती बनाउनु, यो बत्तीलाई लिंगछिद्रमा राखिदिनु बन्द भएको पिसाब खुल्दछ ।

अथवा- काँक्राको बियाँ एक तोला, सिधेनून १ तोला दुवै पिनी चौलानीसँग खानाले पनि पिसाब खुल्दछ ।

अथवा- सूतो, मरीच, पिप्ला, हर्ष, अमला, नागरमोथे, शुद्ध गुग्गुल समभाग लिएर यह र गोखरु (गोक्षुर) को काँढासँग यो चूर्णलाई खल गरी ३-३ पासाको गोली बनाई पानी मिलाएको काँचो दूधसँग खानाले प्रमेह, मूत्राघात, प्रदर आदि रोग आराम हुन्छ ।

मूत्र रोगमा

त्रिफला, सिधेनून, गोखरू, काँक्राको विजाँ एति एकत्र गरी पिसी पानीसँग सेवन गर्नु मूत्ररोग हराउँछ ।

मूत्रकृच्छ्र रोग नाश गर्ने उपाय

मूत्रकृच्छ्र रोग- चोट लाग्राले, मल रोक्नाले र पत्थरीले हुन्छ ।

कसैलाई आगोले पोलेको जस्तो पोली रातो रातो पिसाब हुन्छ । कसैलाई मूत्राशयमा वा लिंगमा पीडा हुन्छ । थोरै पिसाब हुन्छ । मूत्रकृच्छमा पिसाब रोकिनुले थोरै हुन्छ, पिसाब गर्दा पीडा धेरै हुन्छ तर मूत्राघातमा पिसाब रोकिने धेरै बेर हुन्छ र पीडा थोरै बेर हुन्छ । पिसाब अत्यन्त पोली अत्यन्त कष्टसँग हुनु, सूजनको लक्षण हो । सूजनजस्तै मूत्रकृच्छमा पीप या विषालु कीटाणु हुँदैन न; त सूजन जस्तो दूषित संसर्गबाटै हुन्छ । त्यो हुने अर्कै कारण छ । पुरानो सूजनमा प्रायः मूत्रकृच्छ हुन्छ । औषधीले पहिले पेट र पिसाब सफा गर्नुपर्छ ।

मूत्र सफा गर्ने योग

गोखरू, इसवगोल, जेठीमधु, वहीदाना यीमध्ये कुनैलाई राती भिजाएर प्रातः छानेर यही जल पिउनुपर्छ । यसले पिसाब सफा हुन्छ, जलन हट्दछ ।

अथवा- काँक्राको बियाँ ३ पासा, कल्पी सोडा १ ॥ पासा दुवै पिनेर खानुपर्छ अर्थात् एक पाउ गाईको काँचो दूधमा पानी मिलाएर पिउनुपर्छ, पिएर बस्नु हुँदैन, घुम्दै रहनुपर्छ । सूजनमा बहुत लाभ हुन्छ ।

अथवा- शीतल चिनी (कवाबचिनी) २ तोला पिनेर १६ तोला पानीमा पकाउनु, ४ तोला बाँकी भएपछि ठंडा भएपछि ८-१० थोपा श्रीखण्डको तेल मिलाएर पिउनुपर्छ । दिनको ३ पटक सात दिनसम्म पिउनाले पिसाब सफा हुन्छ, सूजनको जलन हट्दछ । मूत्रकृच्छ पनि ठीक हुन्छ ।

अथवा- अलसीको दानाको चिया बनाएर त्यसमा अलिकति खाने सोडा मिलाएर खानुपर्छ । जौको काँडा पनि यस योगमा राम्रो हुन्छ ।

अथवा- फूल न फुलेको सिमलको रुखको जरा झिकी पखाल्नु

र पित्रु, कपडछान गरी रस निकाल्नु, दुई तोलाको मात्रा गरी केही मिश्री मिलाई खानु । नित्य बिहान-बेलुका पिउनु प्रमेह र सूजनको लागि अनुभूत छ । यही रस लिंगमा पचका दिनु पनि लाभदायक हुन्छ । ३ महिनासम्म नित्य सेवन गर्नाले बल-वीर्यको वृद्धि हुन्छ । शरीरको कान्ति बढ्दछ, पुष्टि हुन्छ । प्रमेह र वीर्यको कमजोरीका लागि राम्रो औषधी हो ।

अथवा- केराको थंबा कुटेर कपडछान गरी रस निकाल्नु । ४ तोलाको मात्रा गरी खानु, पिसाब सफा हुन्छ । सूजन, मूत्रकृच्छ आराम हुन्छ । दिनको तीन घटक ताजा रस निकालेर पिउनुपर्छ ।

मूत्रद्वारबाट रगत आउने रोगमा

कुरिलाको पात ४ आना भरि, सालधूप ४ आना, आधा पाउ दूधमा मिलाएर वा पिसेर दिनमा १०-१२ पटक वा १-१ घण्टामा खान दिनु निको हुन्छ ।

मूत्रनलीको पत्थरीमा

पिशाबको पत्थरी छ भनै गहत पकाएर खाने गर्नाले पत्थरी गलाएर निकालिदिन्छ ।

मोटापन घटाउने

छोटो पिपर, मरिच, सिंधेनून र त्रिफलाचूर्ण नित्य पानीसँग खानाले ठीक हुन्छ ।

मोतीबिन्दु भएमा

२० वर्ष पुरानो खुर्सानाको जरो घोटो आँखामा लगाउनु, मोतीबिन्दु ठिक हुन्छ ।

अथवा- छोरी जन्माएकी स्त्रीको दूधमा असली भिमसेनीकपूर घोटेर ३ ४ दिनतक आँखामा लगाउँदै गर्नाले मोतीबिन्दु नष्ट हुन्छ ।

फेरि अर्कोपटक रोग उत्पन्न न होस् भन्नाका लागि महमा केशर पनि पिसेर आँखामा लगाउनु उचित हुन्छ ।

अथवा ४ तोला असली गाईको नौनीमा २ बटा कागतीको रस मिलाएर खूब घोट्नु र पानी हालेर २ दिन राख्नु र पानी फाली दिनु, यस्तै प्रकारले ३ पल्ट गर्नु र बाँकी रहेको नौनी राम्रोसँग राख्नु र राती सुत्ने बेलामा आँखामा लगाएर सुत्ने गर्नु मोतीबिन्दु रोग ठिक हुन्छ ।

मौसमी ज्वरो आएमा

कागतीको रस २ तोला र चिरौंताको काढा २ तोला मिलाई पिठनाले मौसमी ज्वरो निको हुन्छ ।

मोहीको गुण

दिसा कवच गर्ने (बाँध्ने), गाईको मोही टर्रो, अमिलो, मधुर, अग्नि दीप्त गर्ने, हल्का, उष्णवीर्य, बल बढाउने, तृप्तिकारक, वातरोगनाशक, पिशाच खलास गराउने, प्यास हटाउने हुन्छ । घिउ न झिकेको मोही बल ताकत बढाउने हुन्छ । घिउ झिकेको हल्का हुन्छ । मोहीको सेवन गर्दा वातरोगीले सिधेनून मिलाइ खानु । पित्त प्रधान हुनेवालाले मिश्री मिलाई खानु, कफ फाल्दछ । सधैं मोही खानाले सानो तिनो रोग लाग्दैन । निरोगी बन्दिने ठूलो गुण मोहीमा छ ।

यौन रोगमा

स्त्री पुरुष दुवैको यौन सम्बन्धी रोगको लागि काँचो लसुन खानाले ठीक हुन्छ ।

रक्तश्रावमा

रगत धेरै नै आइरह्यो भने नागकेशर पिसी फाँको मारु (खानु) ।

अथवा - दूबोको रस प्रशस्त पिउनु ।

अथवा- भृंगीराज पिसी छानी सेवन गर्नु ।

अथवा- ४/५ तोला कागतीको रसचिसो पानीसँग पिउनु । नाक,
मुख या अरु कुनै ठाउँबाट रगत आएको भए पनि रोकिन्छ ।

अथवा चोटपटक लागेर वा अरु कारणवश रक्तश्राव भएको
छ भने ६ मासा काउलाको बोक्रा मसिनो गरी पिन्धी दूधसित
खुवाइदिनु, रक्तश्राव रोकिन्छ ।

रक्तचापमा

गाजर, काँक्रो, पालकको रस अलग-अलग पिउने गर्ने र साथै
गहुँको, जमसको रस पनि खाँदै गरे रक्तचाप रोग ठीक हुन्छ ।

रक्सीको नशामा

विमिसको केस्रा २/३ ओटा र अमिलो दारिम २-३ तोला मिलाई
ख्वाउनाले रक्सीको विष नष्ट हुन्छ ।

अथवा २ तोला गाईको घ्यूमा चिनी मिसाउनु र खान दिनु,
रक्सी जाँड आदिको नशा नष्ट हुन्छ ।

अथवा अमिलो र पानी मिलाई पियाइदिनाले वा फिट्किरी
घोली खुवाउनाले रक्सीको नशा हट्दछ ।

अथवा- नखिलको पानी पियाइदिनु ।

अथवा- मूलाको रस र फिट्किरी पिसी ख्वाइदिए रक्सीको नशा
हट्दछ ।

रगतमासी परेमा

बैलको गृदी सुकाई चूर्ण गरी बाख्राको दूधसँग खानु रगतमासी परेको असराम हुन्छ ।

अथवा- कागतीको रस मासामा आधि रत्ति अफिम मिलाई दूधसँग पिउनाले रगत आउँ मासि निको हुन्छ ।

रगत आउँको औषधि

बाँजको ताजा बोक्रा र काफलको ताजा बोक्रो बगबर मिलाएर कुट्नु र निचोरेर कपडामा छानी २ तोला जति ३ टायम खालि पेटमा खानाले १५/१६ दिन सम्ममा निको हुन्छ ।

पथ्य- काँचो केशको तर्कारी, दही, पुरानो चामलको भात, मोही आदि दिनु, भरपेट न खानु ।

रसदोषको औषधि

ज्वरा भएको बेलामा स्त्री संभोग गरेमा प्रायः रसदोष हुने गर्दछ । यो एक प्रकारको सन्निपात नै हो भने हुन्छ । रज र वीर्यको दोषबाट पैदा हुने भएकोले रस दोष भन्दछन् । यस रोगमा हुटिट्याउँको फुल खान दिनु मूत्र- द्वारमा पनि लगाइदिनु, निको हुन्छ ।

अथवा- फापरको पीठो मुछेर खान दिनु, मूत्रद्वारमा पनि लगाइदिनु, यसले पनि फाइदा गर्दछ ।

रगतको विकारमा

सुन्तलाको रस १ तोलामा चिउँताको रस मिलाई पिउने गर्नु भने रगत शुद्ध हुन्छ र निरोगिता गराई बलियो पार्दछ ।

रक्तातिसारमा

नासपतीको सर्वत २/३ तोलासम्म ठिक पारी १ मासा बेलको चाना मिलाएर चाट्ने गर्नाले रक्तातिसार नष्ट हुन्छ ।

रगत सफा गर्नमा

निमको बोक्राको धूलो ५ तोला, त्वाङको धूलो ५ लाल, उमालेको पानी ११/२ माना मिसाएर १५ मिनेट जति पकाई झिकेर छात्रु, २-३ मात्रा दिनको २ पटक खानाले रगत सफा गरी शोक जगाउँछ ।

अथवा निमको बोक्राको धूलो १ मासा, दालचिनीको धूलो २ लाल मिलाई पुरिया बनाउनु । २ पुरिया जतिको मात्राका दसले खानाले ज्वरोलाई फाइदा गर्दछ । तगत बढाउँदछ र रगत सफा गर्दछ ।

शुद्ध गंधक त्रिफलासँग केही दिनसम्म खानू र घाउ खटिरामा लगाउनको लागि सफेदा खासगरी ६ मासा, मुरदाशंख मासा, सिन्दूर ३ रत्ती, हलेदो ४ लाल, भुटेको फटकिरी एक मासा, भुटेको नीलोतुथो ३ लाल, सस्यूको तेल ९ मासा, मैन एक मासा, पहिले मैनलाई तेलमा गलाएर यी सबै औषधी पिनेर, छानेर, मिलाएर मलम बनाउनु । यो मलम घाउ, खटिरामा लगाउनु अत्यन्त उत्तम छ ।

अथवा- स्वर्णक्षीरी (सत्यानाशी) को जरो ९ मासा, परीच ९ दाना पिनेर नित्य मिलाउनु र मुर्गीको दालको खिचडी खान दिनु २१ दिनमा सबै प्रकारको रक्त विकार, कुष्ठ, लुतो आदि आराम हुन्छ ।

अथवा- स्वर्णक्षीरीको अर्क बनाएर पिउनु र त्यसको धियाँको पाताल यन्त्रबाट निकालेको तेल लगाउनु रक्त विकारको लागि अमोघ औषधि हो । यसको साथै घिउ बढी खानुपर्छ ।

रगत वमनमा

३ तोलासम्म नासपतीको अचार (मुरब्बा) मा, २ मासा नागकेशरको धूलो मिलाएर खानाले रगतको अलकाई र रगत वमन गर्ने रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा २ तोला नासपतिको सर्वतमा १ मासा बयरको गुदी मिलाई खानाले वमनमा रगत आउन बन्द हुन्छ ।

रगत वायुविकार र कुष्ठ रोगमा

घाउ वा सुनिएको ठाउँमा काँढे बाहुमासे गुलाफको पात (कलिलो) लाई पिंथेर लेप बनाई लगाउनु, डाहा थै फोर्नु परेमा सिन्काले सिउँडीको दूध १/२ शोषा उक्त ठाउँमा मात्रा लगाउनु, जस्तै घाउ भए पनि फोर्ने गुण सिउँडीको दूधमा छ ।

रुघा-सर्दीमा

कालो जीराको चूर्ण सुँघनाले, बच्च (बोझो) को सुगन्धले, गुड र अदुवा मिलाएर खानाले, अमला र गहतको काँढा खानाले कठिन रुघा ठीक हुन्छ ।

अथवा सुठो, पिप्ला, मरीच समभाग गरी पिनी सबैको ४ गुना गुड मिलाएर बयरजत्रो गोली बनाउनु । यो गोली खानाले शिर भारी हुनु, कफ र रुघा ठीक हुन्छ ।

अथवा- मरिच, मुनकादाख, मिश्री, जेठीमधु सबै पिनेर १ मासाको गोली बनाउनु । दिनभरमा ४ गोली नित्य खानु; रुघा आराम हुन्छ ।

अथवा असुराको काँढामा मह मिलाएर खानाले वा तुलसीको

पातको चिया बनाएर खानाले सर्दी, रुघा, शिरपीडा ठीक हुन्छ ।

राती आँखा न देखेमा

आधा माना बाख्रीको दूध तताउनु, त्यसमा कागतीको रस हाली फटाल्नु, सेलाएपछि कपडाले छात्रु र ७ दिनसम्म खानाले रोग निर्मूल हुन्छ ।

अथवा कागतीको रस २ थोपा आँखामा राख्ने गर्नाले आराम हुँदै जान्छ ।

राती ओछ्यानमा पिशाव गर्ने रोगमा

ओछ्यान मुनिको भिजेको माटो आगामा पोलेर घिउ र मह (विषमभाग)मा फेटेर खान दिनु ।

अथवा- नीमको ताजा जरो कुटी १ रत्ति अफिम मिसाई सुत्ने बेलाया खान दिनु ।

राती सेतो मिलेको आउँमा

सत्ति बयरको ताजा बोक्रा कुटेर निचोरेर कपडामा छानी २ तोलाको मात्रा गरी दिनमा ३ पटक खान दिनु ।

पथ्य- रगत आउँमा २१ दिनसम्म सेवन गर्नु, दही भात आदि प्रशस्त खानु ।

अथवा धजैराको फूल पिसी दहीसँग खालि पेट बिहान बेलुकी खानु, सेतो रगतको आउँ (मासी)निको हुन्छ ।

राजयक्ष्मा (टि. बि.) को शङ्कामा

पित्तभंजिका, बाख्रीको दूधमा मिलाएर २ तोलाको मात्रा गरी

बिहान बेलुकी प्रतिदिन १ वर्षसम्म खानाले टि. बी. भइसकेको भएपनि निको हुन्छ ।

रुघा लागेमा

काँचो बेसार धिउमा भुटेर महसँग केही दिनसम्म दिनको ३ पटक खाने गर्नाले केही दिनमै रोग निको हुन्छ ।

अथवा- २१ गेडा सेतो मरीच पिनेर चूर्ण बनाउने र दिनको २ पटक पानीसँग खाने गर्नाले रुघा लागेको ठिक हुन्छ ।

अथवा कागतीको ३/४ मासा रस तातोपानीसँग १/१ घण्टामा खाने गर्नाले रुघाको प्वरो समेत नष्ट हुन्छ ।

अथवा अदुवाको रसमा मह मिलाई चाट्ने गर्नाले कफको खोकी, दम र सर्दीको रुघासमेत निको हुन्छ ।

अथवा ल्वाङको तेल नस लिने गरेमा सर्दीबाट लागेको रुघा खोकी सञ्चो हुन्छ ।

लागु पदार्थले बेहोश भएमा

त्यस व्यक्तिको दुवै कानमा तोरीको तेल भरिदिनाले नशा उत्रन्छ ।

अथवा कागतीको रस, पानीमा घोली पियाइदिनु ।

अथवा - फिट्किरीको धूलो पानीमा घोलेर पियाइदिनाले पनि नशा उत्रन्छ ।

सावधानी - नशा सेवन गरेको व्यक्तिलाई चिनी आदि गुलियो चीजहरू दिनुहुँदैन, यसले झन् नशा चढाइदिन्छ ।

लिङ्ग मोटो गराउने उपाय

भलायो, कण्टकारीको फल, अनारको बौक्का, मरीच, पिपला,

सिधेनून एति एकत्र गरी पिसी छानी १ सेर जति तोरीको तलमा पकाउनु, जब गाढा हुन्छ, तब उतारेर राख्नु, आवश्यकतामा लिङ्गमा विस्तारै मालिस गर्नु, यसरी लगातार २०-२५ दिनसम्म प्रयोग गर्नाले लिङ्ग खूब मोटो हुन्छ र मात्तिन्छ पनि ।

अथवा बेलपत्रको गाढा रसमा मह मिलाई विस्तारै मालिस गर्ने गर्नाले लिङ्ग मोटो हुँदै जान्छ, तर यो क्रम मोटो न हुझेसम्म लगातार प्रयोगगर्दै रहनु पर्दछ ।

अथवा सुहागलाई पिसी मह मिलाई लिङ्गमा लगाउने गर्नाले पनि केही दिनबाट नै मोटो हुन थाल्नेछ । आफूलाई कतिको मोटो चाहिने हो तबतक औषधी लगातार प्रयोग गरिरहनु ।

लिङ्ग शिथिलतामा

सिमलीको जरा घोटेर लिङ्गमा लगाउनाले लिङ्गको शिथिलता हटाउँछ, कामनाको बेग बढाउँछ । (लिङ्गको सुपारीमा टुप्पामा भने लगाउन हुँदैन) ।

लुताको औषधि

करवीरको रस साढे २ मुठी, १ माना सस्युको तेलमा पकाई लगाउनु ।

अथवा काँचो सिन्दूर, मरीचको चूर्ण बराबर गरी भैंसीको नौनीमा मिलाई लेप लगाउनाले लुतोमा फाइदा गर्दछ ।

अथवा - आधा माना तीलको तेल र २ माना दुबोको रस पकाउनु र तेलमात्र बाँकी रहेपछि छानेर राख्नु र लुतो दाद आएको ठाउँमा लगाउनु, दुवै रोग ठिक पर्दछ ।

लुतोको लागि अन्य औषधि

हलेदोको लेदो र औँपको पातको पानी सस्यूको तेलमा मिलाएर पकाउनु । जब लेदो मात्र बाँकी रहन्छ तब लुतोमा लगाउनाले आराम हुन्छ ।

अथवा- करवीरको पात, सिप्लीगान, हलेदो, चितो, ध्वाँसो, मैनफल, मरीच, आँकको दुध, स्यूँडीको दुध यी सबै एकत्र गरी पिँधेर लेप लगाउनाले अति चाँडै लुतो अथवा दाद निको हुन्छ ।

अथवा पामादि तेल (आयुर्वेदिक) लगाउनाले पनि भयंकर, (घिनलाग्दो) लुतो पनि चाँडै निको हुन्छ ।

अथवा सोधित गन्धक ५ लालको मात्रा गरी गाईको घ्यूसँग खानु, गाईकै दुध पछिबाट पिउने गर्नु यो उपाय उत्तम र सफल छ ।

अथवा परिच, गन्धक र अमला पिनेर घिउमा पकाएर लुतो आएको ठाउँमा लगाइदिनु लुतो ठीक हुन्छ ।

अथवा - निलोतुथो १ तोला, गन्धक ५ तोला, फुराएको सुहाग ५ तोला, रसकपूर १ तोला, मैनफल १ तोला, सुपारीको धूलो १ तोला, नीमको खोटो २ तोला, सानो अलैंचीको धूलो १ तोला, मोम ३ तोला, यी सबै एकत्र गरी खूब मैदा गरी पिसी नरिवलको तेलमा मलम (लेप) बनाएर लुतो या दादमा लगाई खूब मालिस गर्नु, यसरी २२-२५ दिनसम्म लगाउनु । जुहाउनु पर्दा नीमको या अमलाको साबुन प्रयोग गर्नु, सञ्जो हुन्छ ।

अथवा- सोधित गन्धक आधा मासा, २ तोला गाईको घिउमा फुराएर अलि अलि कालो भएपछि मनतातो छँदैमा खाली पेटमा खानाले या भातमा हालेर मुखेर पहिलो गासमा यो खानु । यसरी

केही दिनसम्म सेवन-(प्रयोग) गर्ने गर्नाले लुतोमा लाभ गर्दछ ।

वमनाशक उपाय

पित्तपाषडा २ तोला लिएर आधा सेर जलमा पकाउनु । चार खण्डको एक खण्ड बाँकी भएपछि झिक्नु, त्यसमा मह मिलाएर पिउनु ज्वरसहितको वमन ठीक हुन्छ ।

अथवा- सानो हर्सेको चूर्णमा मह मिलाएर चाट्नाले अथवा पानीमा पुरानो चामल भिजाएर एक घण्टापछि पानी छुट्याई त्यसमा थोरै मिश्री मिलाएर पिउनाले अथवा पिपलाको वृक्षको सुकेको बोक्रा जलाएर खरानी बनाई पानीमा भिजाएर अलिअलि गरेर पिउनु वमन ठीक हुन्छ । उपाय अनुभूत छ । वमनसाथ तीखा र दाह छ भने दाखको रसमा मह मिलाएर पिउनु या चौलानीमा थोरै जाइफल घोट्टेर पिउनाले हिक्का र वमन ठीक हुन्छ, या गिलोये (गुर्जो) को काँडा बनाएर ठण्डा गरी मह मिलाएर पिउनाले वमन ठीक हुन्छ ।

कपूर, कचरी समानभाग मिलाएर कुटी पिसी कपडछान गर्नु, महका साथ चटाउने गर्दै रहनु आराम मिल्दछ । मात्रा २ रत्तिदेखि ६ रत्तिसम्म ।

ववासीरमा

रगत आएको छ भने दूबोको रस ५० ग्राममा चिनी मिलाएर खानु ।

अथवा नागकेशर १० ग्राममा दूबोको रस ५० ग्राम मिलाएर पिसनु र खानु । दुखेको छ भने १ ग्राम जति भाङ्ग घनि मिसाएर खानु । रगत आएको छैन भने हर्से २० ग्राम जति लिई गडैतमा पिसेर गूडका साथ ७ दिनसम्म खानु । रगत आएको छ भने तिशा वस्दा फिदकिरी जलले (मलअङ्ग) धुनु ।

अथवा सिधेनून, इन्द्र जौ, सूँठो, बेल, चितो यी सबै समभाग लिएर चूर्ण गर्नु, गाईको महीसँग नित्य ३ मासाका दाले सेवन गर्ने गरेमा बवासीर सञ्चो हुन्छ ।

वात रोगमा

२५ ग्राम धतुरोको बीज पिसेर ६०० ग्राम सम्युको तेलमा ७ दिनतक भिजाइ राख्नु, त्यसपछि छानेर त्यो तेल मालिश गर्ने गर्नाले फाइदा गर्दछ ।

अथवा दालचिनी ३ तोला, तोरीको तेल २० तोला, सूति ३ तोला, लसुन ३ तोला, कुचला ३ तोला, एति सबै एकत्र मिलाई पिसी मन्द-मन्द आगोमा पकाउनु, जब पाक्दछ, तब उतारेर छान्नु र सो तेल सिसीमा राख्नु । जहाँ दर्द भएको छ त्यहाँ लगाई मालिस गर्ने गर्नाले सबै किसिमका पीडा र वातरोगमा निकै लाभ गर्दछ ।

वात कफको औषधि

(अष्टमङ्गल रस)

सुठो, मरीच, पिपला, हरी, बर्रो, अमला, सोधित पारो, सोधित गन्धक समान भाग लिई गन्धक र पाराको कज्जल बनाउनु; उपरोक्त ६ चीजको चूर्ण बनाएर खलमा सबै चीज मिलाएर खूबसँग घोट्नु, रात्रिसँग मिलिसकेपछि महमा मिलाएर खानाले वात कफजन्य खोकि आदि हरेक रोगमा फाइदा गर्दछ ।

वाक्वाकीमा

सुन्तलाको बोक्राको धूलो १ मासा बनाई चाट्नाले वमन बन्द हुन्छ ।

अथवा तुलसीको रसमा अलैंचीको धूलो र मिश्री मिलाएर खाएमा वाक्वाक्की आउन बन्द हुन्छ ।

वान्ता गराउनमा

नीमको बोक्रा पकाएर काढा बनाई खानाले वान्ता गराउँदछ ।
(कफबाट भएको तृषा पनि शान्त हुन्छ) ।

वायु बढेर पेट ढाडिएमा

मुसावर चूर्ण १ मासा, हिङ्ग १ मासा, महसँग मिलाएर १० १२ गोली बनाउनु, १ गोलीको मात्रा गरी दिनको २ पटक खानु निको हुन्छ ।

अथवा भोजनको पहिल्यै सिधेनून र अदुवा मिलाई खानाले भोक जाग्दछ । अरुची नाश भई जिभ्रो र घाँटी पनि सफा हुन्छ ।
वायु बढेर पेट ढाडिने कुरै आउँदैन ।

वाथसम्बन्धी रोगमा

सिधेनून ४ तोला, आँकको दुधमा फेटेर सुकाउनु । १ मासाको मात्रा गरी बिहान बेलुकी खानेगर्नाले क्षय र वाथसम्बन्धी रोग का साथै खोकी पनि निको हुन्छ ।

विषमज्वरो (टाइफाइड) मा

पलाँशका केही पातहरू टिपेर हातमा मलेर मसिनो र सफा कपडाले पातलाई बेर्ने र ज्वरो आएका ब्यक्तिले बिहान-बिहान २ ४ दिन सुँछे गरेमा विषमज्वरो (टाइफाइड) हराएर जान्छ ।

अथवा- बोझो, हर्षो र घिउ यी तीनऔं टै चीजलाई रोगीको नजिकै आगोमा धूप दिनाले विषमन्त्रो हट्दछ ।

अथवा नीमको पात, बोझो, हर्षो, सेतो सस्यूर गुग्गुल आगोमा धूप दिई सो धूपको नस लिने गरेमा विषमन्त्रो हट्दछ ।

अथवा सेतो करवीरको जरोलाई आइतवार बिहानै निमन्त्रण एवं पूजा गरी उखेलेर रोगीको कानमा बाँधनाले विषमन्त्रो नष्ट हुन्छ ।

अथवा तुलसीको पातको रस, लसुनको रस र मरीचको शूलो मिलाएर खानाले सो रोग सञ्चो हुन्छ ।

अथवा कालो जिरा, मरीच र गुड बराबर मिलाई पिसेर खानाले विषमन्त्रो सञ्चो हुन्छ ।

अथवा - सुँठो, जौरा, गुड, यी सब एकत्र गरी पिसी तातो पानी या मदिरासँग सेवन गर्नाले विषमन्त्रो निको हुन्छ ।

विषादि कीराले टोकेकोमा

जुन ठाउँमा टोकेको छ त्यस ठाउँको खील प्याँकेर 'आरोग्य विन्दु' वा 'अमृत विन्दु' या 'हिलर मलहम' लगाउनु ।

विषालु चीजले टोकेकोमा

जुन ठाउँमा सर्प आदि विषालु चीजले टोकेको छ त्यस ठाउँ देखि माथि सर्पको विष सर्न नपाउने गरी कमलो डोरीले मस्काएर बाँध्नु र टोकेको ठाउँबाट रगत निकालेर (आफ्नो) पिशाब फर्दिनु गर्दिनु वा पोटास पानीले धुनु ।

अथवा गाईको घिउ, सिधैनून मिलाएर तताई बिच्छिले टोकेको ठाउँमा लाउनु बिच्छिको विषले असर गर्दैन ।

अथवा - शिरीषको दाना, स्यूँडीको दूधमा घोटेर टोकेको ठाउँमा लेप लगाइदिनु, बौलाहा कुकुरको विष उत्रन्छ ।

अथवा- चामलको पीठो मुखेर १ २ मासा भेंडाको रौंलाई खरानी बनाई मिलाइ खानु, बौलाहा कुकुरको विषको असर जान्छ ।

अथवा धतुराको जरो १ मासा दूधमा घोटेर पिउने गर्नु, बौलाहा कुकुर आदिको विष जान्छ ।

अथवा हलेदो, चुत्रो, मजीठो, नागकेशर, एति ४ थोक मिलाई चिसोपानीमा घोटेर वा पिसेर लाउनु माकुरादिको विष नष्ट हुन्छ ।

अथवा- धतुराको जरो १ मासा दूधमा घोटेर पिउने गर्नु, बौलाहा कुकुर आदिको विष जान्छ ।

अथवा सुवर्णभस्म १ लाल घ्यूरमह (विषमभाग पारी) मिलाई नित्य खाने गरेको छ भने कुनैको पनि विष लाग्दैन ।

वीर्य पातलो भएमा

तुलसीको बीउ एक माना जति पानामा हालेर खाने गरेमा वीर्य गाढा र संभोगशक्ति प्रदान गर्नमा मद्दत पुर्‍याउँछ ।

शरीर पुष्टिमा

भाङ्ग २ मासा, गोरखपान ६ मासा, मरीच १ मासा, मिश्री १० मासा, खाँड ३ तोला, एकत्र गरी पिसी २७५ मि. ग्रा. जति पानी या दूधसँग पिउनाले शरीर पुष्टि हुन्छ, बल बढाउँदछ, साना तिना रोग नजिक आउन सक्दैनन् ।

शरीर मुन्निएकोमा

अदुवाको रसमा पुरानु सखरमिलाई खानाले सारा शरीर मुन्निएकोमा फाइदा गर्दछ ।

शरीर दुर्गन्धित छ भने

राम्रो खालको चन्दन, कस्तुरी र जौको पीठो समभाग मिलाएर शरीरमा मल्ने र मिल्छ भने बेलुका लगाएर सुत्ने, बिहान राम्रो खालको साबुनले नुहाउने गरेमा दुर्गन्ध आउन बन्द हुन्छ ।

शिर (टाउको) दुखेमा

पहाडिया करेलाको फूल, सेतो गुलाफको फूल, हर्राको बोक्रा सबै बराबर मिलाएर पिसी कपडछान गरी महमा ठूलो केराउको दाना जत्रो गोली बनाई राख्नु र २ गोली बिहान, २ गोली बेलुका तातो पानीसँग खाने गर्नाले अद्भुत चमत्कार देखाउने छ ।

शीत ज्वरमा

गुलाफ, फिटकरी १ सेर, सोधित शंखिया १ मासा, माटाका हाँडीमा राखेर माटाको ढक्कन लगाई माटाले नै मुख-(चर) बन्द गरी सुकेका गोबरका गुईठामा पकाउनु, त्यो भस्म (खरानी) भएपछि लावा जस्तो हुन्छ, पिसरे कपडाले छानी १ मासाको मात्रा गरी तातो पानीसँग ३-३ घण्टामा खाउने (खाने) गर्नाले आराम हुन्छ ।

शीत पित्तमा

अदुवाको रस र पुरानो गुड मिलाएर खाने गरेमा शीतपित्त रोग निको हुन्छ ।

शीघ्रपतनमा

तुलसीको पात र तुलसीको बिउ दुवै मिलाएर चपाएर खाने गरेमा शीघ्रपतन हुनबाट बच्न सकिन्छ ।

अथवा- तुलसीको वीउको चूर्ण ३/४ रत्ति पानको बीडामा हालेर खानाले शीघ्रपतन (चाँडै वीर्य स्खलित हुने) रोग नष्ट हुन्छ । (स्वप्नदोषको रोग पनि निको हुन्छ) ।

जिमिकन्द अथवा तुलसीको जरालाई चूर्णगरी पानमा राखेर मैथुनका समयभन्दा पहिले खाई संभोग गर्नाले छिटो वीर्य झर्दैन ।

अथवा भँगैराको अण्डामा नौनीकासाथ पिसेर संभोगका समयमा दुवै गोडाको पैतालामा लेप गर्नाले वीर्य झट्टै झर्दैन । स्तम्भन भई रहन्छ रे । परन्तु यो औषधी लगाएपछि भैमा न टेक्नु, संभोग गरेर तृप्ति भए पछि भने टेके पनि हुन्छ ।

अथवा- नीलकमल, सेतो कमल, केशर, महर मिश्री एकत्र गरी पिसेर संभोगका समयमा आफूले नाभीमा लेपन गरी संभोग गरेमा छिटो वीर्य झर्दैन र लिङ्ग दृढ भइराख्छ ।

अथवा- गाईको सिङको बाहिरी भाग (आफैं झरेको फुक्लेको) लाई अग्निमा डढाई दिनु, त्यसबाट निक्लेको धुवाँमा कपडा पार्नु, आवश्यकतामा सो कपडा शरीरमा ओडेर (लगाएर) स्त्री प्रसङ्ग गर्नाले वीर्य स्तम्भन भई आनन्द हुन्छ रे ।

अथवा- वरको ताजा बोक्रा लिएर छायाँमा सुकाउनु र चूर्ण बनाउनु । ४/४ मासा बिहान बेलुका तातो दूधसँग सेवन गर्नु शीघ्रपतन रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- अमिलीको वीउलाई चारदिन सम्म पानीमा भिजाइ राख्नु, त्यसपछि पानीले राम्रोसँग धुँदा बोक्रा गएपछि पिसनु र यस औषधीको दुइगुना (दोब्बर) गुड मिसाई गुच्चा बराबरको गोली बनाई बेलुका सुत्ने बेलामा दूधसँग सेवन गर्नाले शीघ्रपतन रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- कमरमा फिट्किरी बाँधेर संभोग गर्नाले छिटो वीर्य स्खलन हुँदैन वा केही बेर रोक्नमा मद्दत गर्दछ ।

अथवा- न्युपरकेनाल मलहम या बुदायल क्रीम लिङ्गमा लगाई संभोग गर्नाले शीघ्रपतन रोग कम हुन जान्छ ।

शीघ्रपतनका रोगीहरूले प्राकृतिक तरिकाबाट उपचार गर्दा ध्यानदिनु पर्ने केही कुराहरू-

हस्तमैथुन आदि अप्राकृतिक कार्यमा आदत बसेको छ भने तुरुन्त त्याग गर्नुपर्दछ ।

बेलुका सुत्ने बेलामा अनिवार्यरूपले पिशाब फेरेर मात्र सुत्ने गर्नुपर्दछ ।

दिशा पिशाबको वेग रोक्न हुँदैन । मादकपदार्थको सेवन सर्वथा त्याग गर्नुपर्दछ ।

अश्लील पुस्तक पत्रिकाहरू, अश्लील फोटो चलचित्रहरू हेर्ने पढ्ने गर्नुहुँदैन ।

न्यादा पियो, न्यादा अमिलो र अधिक गुलियो, नुनिलो खाने गर्नुहुँदैन ।

कुनै पनि औषधीहरू शीघ्रपतनको निवारणको लागि प्रयोग गर्ने गरिएको छ भने कम्तिमा १ महिनासम्म लगातार सेवन गर्नु ।

संभव छ भने बेलुका सुत्ने बेलामा मनतातो दूध दैनिक रूपमा खाने गर्नु ।

बिहान सबैरे उठेर १४ १५ मिनेट टहल्ने घुम्ने गर्नु ।

बेलुका सुत्ने बेलामा एउटा तामाको भाँडामा पानीमा त्रिफला राखी ढक्नले ढाकेर बाहिर शीतपर्ने ठाउँमा राख्ने । बिहान उठ्ने बित्तिकै सो पानी सनत्र पिउने गर्नाले दिशा खुलेर आउँछ, मधुमेह - प्रमेह आदि रोगहरू भए कम हुँदै जान्छ । स्मरणशक्ति बृद्धि, नशा अम्मल गर्ने गरेको छ भने पनि कम गराउन सहायक हुनुका साथै शीघ्रपतनमा तूलो लाभ गर्दछ ।

शूलमा

त्रिफला, रायो कुटी समभाग लिङ्ग मसिनो गरी पिसनु र घ्यू र मह (विसम पारी) खानाले सर्व शूल निको हुन्छ ।

अथवा एक चिम्टी हिङ्ग तातो पानीसँग खानाले शूल रोग ठिक हुन्छ ।

अथवा आधा पाउ कागतीको रस, २ तोला विरेनून, ६ भासा हिङ्ग, तासेको कागतीको बोक्रा, बियाँ फ्याँकी हिङ्गहाल्नु, सिसीको मुख राम्रोसँग बन्द गरी २१ दिनसम्म भैंमा गाडिदिनु, पछिबाट झिकेर १ तोलाका दरले खानु शूल नष्ट हुन्छ ।

अथवा- कागतीको बोक्रा मात्र खाए पनि वायुसम्बन्धी शूल नष्ट हुन्छ ।

अथवा- १ तोला चरिअमिलीको पातको काढामा १ लाल भुटेको हिङ्ग मिसेर पिठनाले पेट दर्द र शूल समेत नष्ट हुन्छ ।

अथवा- १ तोला सिमलीका पातको रसमा १ भासा मरीच र ज्वानोको धूलो मिलाई खानाले पेटमा भएको वात सञ्चय र त्यसबाट हुने उदरशूल आदि रोग नष्ट हुन्छ । पाचनशक्ति बढ्दछ । पेटभित्र वायुको सञ्चय हुँनपाउँदैन, पेटका तमाम रोगहरू नष्ट हुन्छन् ।

अथवा हिङ्ग १ लाल, मरीचको धूलो १ लाल, सुठोको चूर्ण १० लाल, बाक्लो गुद मिसेर गोली बनाउनु र १ गोलीका दरले खानाले असह्य शूल निश्चय निको पाउँछ ।

सर्दीमा

अलिकता भीमसेनी कपूर खाने र केही गुञ्ज गरैमा हट्दछ । सर्दीबाट भएको बन्द नाक पनि खुलाइदिन्छ ।

सर्दीको ज्वरोमा

तुलसीको पात १० ग्राम, मरीच १० ग्राम, पतिना ५ ग्राम, धनियाँ १० ग्राम यी सबै एकत्र गरी ४०० मि. ग्रा. जति पानीमा पकाई जब १०० ग्राम जति रहन्छ, तब १० ग्राम मिश्री मिलाई पिउने (खाने) गर्नाले लाभ गर्दछ ।

सन्निपातको औषधि

घोडटाप्रे (ब्राह्मी), सयपत्रीको फूल, बेलपत्र, तुलसीपत्र, हाडे बदम, दरिया, नरिवल, काँक्राको बिजाँ यी सबै समान भाग लिई कुटी-पिसी छानी रस निकाल्नु र दिनमा ४ पटक ३ ३ घण्टामा खान दिनु फाइदा गर्दछ ।

सर्वपीडाहर तेल

सस्युको तेल ६ छटाँक, तारपीनको तेल १ छटाँक, कपूर १ छटाँक, अफिम ३ भासा मिलाएर राख्नु, हरेकको पीडा दर्दमा क्रम दिन्छ लाभ गर्दछ ।

सर्प आदि विषालु कीराबाट बच्न

मूलाको (बिउको) झोलमा हात डुवाई बिच्छी अथवा सर्पादि विषालु जन्तु समाते पनि टोक्दैन । बिच्छी आदि जन्तु मूलाको पातको झोलमा हालिदिए मर्दछ । मूला सधैं खाइरहने व्यक्तिलाई बिच्छी आदि जन्तुले टोक्दैन, टोकिहाले पनि विषले असर गर्दैन ।

सर्पले टोकेकोमा जान्नुपर्ने कुराहरू

१. यदि हात गोडामा टोकेको भए टोक्ने बित्तिकै टोकेको

ठाउँभन्दा केही माथि र केही तलतिरपट्टी ३/४ ठाउँमा कुनै कमलो डोरीले बाँध्नु । जसमा कि अरु अङ्गमा-शरिरमा विष संचालन हुन फैलिन नपाओस् ।

२. त्यसपछि टोकेको ठाउँमा होशियारीपूर्वक खिया न लागेको पत्ती वा छुरी (या नयाँ पत्तीले) क्रम ५ चिह्न पारी चिरी रगत निकालिदिनु ।

(काट्दा नशाको विचार-ख्याल राख्नु, नशा नै काटिएला ?)

३. पाइए पोटास पानीले धुने ।

४. न पाइए गार्डको गअँतले धुने, यदि यही पनि न पाइए आफ्नै पिशाबले धुने ।

५. यदि डोरीले बाँध्न मिल्ने ठाउँ छैन भने पनि टोकेको ठाउँबाट तुरुन्त (केही काटेर) रगत निकालिदिने ।

६. टोकेको ठाउँमा तुरुन्त काट्न चिर्न-रगत फाल्न पाइएन भने १०/१२ मिनेट पछि काटेर फाल्नुमा कुनै औचित्य रहँदैन, बरु हानि गर्न सक्दछ ।

७. सुत्न - निदाउन दिनु हुँदैन । विशेषतः दवाई, पानी वाहेक अरु चीज खान पनि दिनु हुँदैन ।

८. सर्पले टोकेको व्यक्ति (रोगी) आत्तियो भनेर दूध खुवाउनु हुँदैन । के हुन्छ भने सर्पले टोकेको अवस्थामा दूध पनि विष नै बन्दछ रे ।

९. शरीर भित्र डाह किन न होस्, बाहिर शरीर चिसो हुन्छ ।

१०. यदि चानसवश कुनै अण्ड्यारो (बाँध्न न मिल्ने) ठाउँमा सर्पले टोकेको छ र रगत निकालेर फाल्न मिल्नेको छैन भने, टोक्ने बित्तिकै एक डेड माना तात्तातै (पिशाब गर्दागर्दैको) गोमूत्र

पियाइदिनाले रोगीको आकस्मिक र प्राथमिक उपचार हुन जानेछ ।

सावधान सर्पले टोकेको अवस्थामा बाहेक अरू बेलामा निस्त्रापेटमा धेरै मात्रामा गोमूत्र सेवनले मरणासन्न पार्न सक्दछ ।

११. पाइए गाईको वा भैंसीको १० वर्ष पुरानो घिउ टोकेको ठाँउमा लगाउने र खाने गरेमा विष उत्रन्छ र कसै-कसैले संग्रह गरेर राखेका हुन्छन् ।

१२. प्रायः चलन वा बूढा पुरानाहरूको के भनाइ रहेको पाइन्छ भने-कुनै मानिसलाई सर्पले टोक्यो भने मान्छेको शरीरबाट विष नउत्तीकन त्यो सर्प मार्नु हुँदैन, विष न उत्रन सक्छ र ।

१३. परीक्षा- रोगीको अवस्था विचार गर्न (वा विष कतिको फैलिंदै गएको छ भन्ने जान्नको लागि खुर्सानी नीम, वा पिंडालुको बोक्रा ताछेर खान दिनु । विषको असर ज्यादा भएको रहेछ भने पीरो, तितो वा कोक्याएको अनुभव-स्वाद आँउदैन । विषको प्रभाव ज्यादा न भएको भए पीरो हुने, तितो लाग्ने वा कोक्याउँदछ ।

१४. आध्यात्मिक शास्त्र अन्तर्गत ज्योतिष शास्त्रमा के लेखिएको छ भने - “कृत्तिका, मूल, मघा, विशाखा, अश्लेषा, भरणी र आर्द्रा यी नक्षत्र भएका बेलामा सर्पले टोके गरुडले पनि रक्षा गर्न सक्दैनन्, त्यो अवश्य मर्दछ-” (ज्योतिःसार, मुहूर्त प्रकरण पृष्ठ सं. १००) ।

यो उद्धृतगर्नुको तात्पर्य - यस्तो नक्षत्र परेको बेलामा टोकेकालाई औषधी उपचार न गर्नु भन्ने होइन, किन्तु उद्योग र भाग्य आ-आफूले नै अनुभव यद्वा उपभोग्य छ (आ० सा० द०) ॥

सर्पले टोकेकोमा केही औषधीहरू

तुलसीपत्रको रस कानमा हालिदिनुका साथै खुवाउनु र तुलसीको जरा पानीमा घोटेर टोकेको ठाउँमा लगाइदिनु, सर्पको विष नष्ट हुन्छ ।

अथवा- ५ तोला तुलसीपत्रको रस खुवाउनु र तुलसीको जरा नाँनीमा पिंधेर लेप जस्तो बनाउनु र टोकेको ठाउँमा लगाइदिनु, (यो लेप सेतो रङ्गको हुन जान्छ) । जब यसले सर्पको विष तान्दछ र कालो हुँदै जान्छ, तब त्यो लेप हटाएर अर्को फेरि बनाएर लेप लगाउनु । यस्ता प्रकारले धेरै पटक लगाउनु सर्पको विष शान्त हुन्छ ।

अथवा- २ तोला तुलसीपत्र र मरीच १०-१५ दाना पिंधेर आधा-आधा घण्टामा खुवाउनु । साथै तुलसीपत्र र तुलसीकै जरो पिंधेर टोकेको ठाउँमा लगाउनु, सर्पको विष शान्त हुन्छ ।

अथवा- कागतीको बिउ (गेडा) ९मासा पिंधी खानाले सम्पूर्ण प्रकारका सर्पका विष नष्ट हुन्छन् ।

अथवा- आधा तोला दूबोको रस र तीन मासा चामल मसिनो गरी पिंधी मिश्री मिलाई पिउनाले सर्पको विष नष्ट हुन्छ ।

अथवा- करेलाको रस रोगीलाई पेटभरि खुवाउनु, वमन हुन्छ, फेरि पिलाउनु, एवं रितले वमन बन्द न भएसम्म पिलाइ रहनु । वमन बन्द हुन छाड्यो भने सर्पको विष निग्नेछ भनि जान्नु । करेलाको रस (बाक्लो गरी) लेप जस्तो बनाई घाउमा लगाउँदा पनि लाभ दिन्छ ।

अथवा गुर्जाको गानो १/२ मासा पानीमा पिंधेर पिउनाले वमन भएर सर्पको विष निक्कलन्छ ।

अथवा -

सिधेनून र पीपला भरिच ली पिंधी अदूवा यति ।

ध्यू नौनी मह मीसि खानु बसनु चिन्ता न गर्नु रति ॥

अथवा -

चौलानीसित साठिको जड पिए कुहिन्छ सर्पादि विष ।

अथवा १ तोला देखि ५ तोलासम्म धर्जेराको पातको रस पिलाउनु, नाकमा समेत अलिकता हालि नश लिन लगाउनु । टोकेको ठाउँमा पनि लगाइदिनु, सर्पको विष नष्ट हुन्छ ।

अथवा नास्पतीको पात पिंधेर सबैत बनाई पिउनाले सर्पको विष नष्ट हुन्छ ।

अथवा- वरको भुण्टा पिंधी लगाउनाले पानीसर्पको विष उत्रन्छ ।

अथवा १०/१२ दाना कागतीको रस मिश्री मिलाई पिउनाले अफिमको विष र सर्पको विष नष्ट हुन्छ ।

अथवा २ तोला चरिअमिली पिंधेर पानी मिलाई खानु र यही औषधीको लेप टोकेको घाउमा लगाएर बाँधिदिनाले सर्पको विष नष्ट हुन्छ ।

अथवा जीरे खुर्सानी अथवा जुनसुकै खुर्सानी भएपनि चन्दन जस्तो मसिनो र बाक्लो पारी टोकेको ठाउँमा लफ्फ लगाई त्यसमाथि तामाको पैसा वा तामाको कुड्का (टुक्रा) त्यही औषधी माथि राखि कपडाले कसिदिनु, जब पीरो हुन लागेको थाहा पाउन लागिन्छ तब मात्र फुकाउनु । विष छुट्छेल पिरौ हुँदैन ।

अथवा सिमलीको जरा, बोक्रा पात पिंधेर चन्दन जस्तो पारी टोकेको ठाउँमा लेप गर्नु; सिमलीकै पातको ताजा रस छानेर रोगीका नाकमा पनि अलिकता हालिदिनु र ३ ४ तोला जराको काढा पनि रोगीलाई पियाउनु । यसले सर्प र बिच्छिको विष समेत नष्ट हुन्छ । अरू जनावरले टोकेकोमा पनि फाइदा गर्दछ ।

सर्पले टोकेर बेहोश भएमा

सर्पले टोकेर मनुष्य मुर्छित भएको छ भने जीरे खुर्सानीको धूलो जिभामा हालिदिनु, न मरेको भए होश खुल्दछ ।

सर्पबाट बचाउमा

नौसादर पानीमा घोलेर घरको वरिपरि छर्कनाले सर्पहरू त्यसको गन्धले आउँदैनन् ।

अथवा बामरीको पात पिसेर पानीमा मिलाई छर्कनाले पनि सर्पहरू आउँदैनन् ।

सुके लुतोमा

शरीरमा गाईको गोबर खूब मल्नु, तातो पानीले स्नान गर्नु, दिव्य देह हुन्छ । फोडा, लुतो, जुनसुकै घाउ खटिरा भए पनि निको हुन्छ ।

अथवा ६ मासा मूलाको रस, दस माशा नून, दश तोला तोरीको तेलमा मिलाएर मालिस गर्नु र एक घण्टा पछि नुहाउने गर्नु, सुकेलुतो भागाभाग ।

सुख्खा दादको लागि

सुख्खा दादको लागि बदामको बोक्रा, शीशमको काठ, नरीबलको जटा भित्रको कडा भागको टुक्राको तेल अथवा गहुँको तेल दादमा लगाउनु । यो पनि दादको लागि अत्युत्तम अनुभूत औषधि हो ।

अथवा- एउटा माटाको हाँडीमा थौटा कचौरा राख्नु । त्यो हाँडीको पोंधमा प्वाल परेको थौटा अर्को हाँडी राख्नु, प्वालमा केही सिक्का यसरी राख्नु कि त्यसबाट खसेको तेल कचौरामा परोस् । यस हाँडीमा गहुँ भरेर ढाकिदिनु, अनि कपडामा रातो माटो लिपी दुवै हाँडीमा लपेट दिनु । थौटा खाडल खनेर दुवै हाँडीलाई यसरी राख्नु कि तलको हाँडी जमिन मुनि रहोस् । अब माथिबाट हाँडीको

चोरैतिर गुँडठा राखेर चारैतिरबाट आगो लगाइदिनू । यसरी गहुँको तेल कचौरामा खस्दछ । ठण्डा भएपछि निकाल्नु । यदि काम चलाउको लागि थोरै तेल निकाल्नु छ भने यौटा फलामे पन्यू आगोमा तताउनु अलिकति गहुँ ताउमा राखेर माथिबाट तताएको पन्यूले थिच्नु । पन्यूको तप्तोले ताउमा थोरै गहुँको तेल निस्कन्छ । त्यसलाई दादमा लगाउनु । सुख्खा दादको लागि अमोघ औषधि हो ।

बदामको बोक्राको तेल निकाल्ने विधि

एउटा फराकिलो मुख भएको हाँडीमा बदामको बोक्रा भरेर त्यसमा एक कचौरा राखिदिनू । हाँडीको मुखमा एक तसला राखेर पिठो र माटोले त्यसको मुख बन्द गरेर त्यसलाई आगोमा राखिदिनू र तसलामा पानी भर्दिनू । पानी तातेपछि बदल्दै गर्नु, अधिक तातो हुन नपाओस्, पछि खोल्दा कचौरामा टिन्चरको रूपमा सतौ रातो जस्तो पानी भरिएको हुन्छ । यो तेल दाद एग्जीमा आदि छालाको रोगको लागि राम्रण औषधि हो । यदि हाँडीमा बदामको बोक्रा, शीशमको काठको सानासाना टुक्रा र नरिवलको जराको धिन्नको साह्रो भागको टुक्रा समभाग मिलाएर यही विधिले सबैको तेल निकाल्यो भने झन् बढी लाभदायक सिद्ध हुन्छ । परीक्षा गरेर हेर्नु, औषधि अनुभूत छ ।

अथवा- जङ्गली गोभी (वनगोभी) को पात सस्युको तेलमा राम्ररी पकाउनु र पिनेर राख्नु, दादमा नित्य लगाउनु । वनगोभीको पात दादमा सगड्नाले पनि बढी लाभ हुन्छ ।

अथवा- कलमी सोडा एक भाग, नौसादर दुई भाग, सुहाग चार भाग सबै मिलाएर खल गरी दादमा नित्य लगाउनु । आराम हुन्छ ।

सुत्रिने रोगमा

घरिअमिली पानीमा पिँधेर पुल्टिस जस्तो बनाई तात्तातै सूज भएको (सुत्रिएको) घाउमा लगाई बाँध्नाले दाह पीडा शान्त हुनुका साथै सूज पनि निको हुन्छ ।

अथवा- १ पाउ सिमलीको पात दगल्च्याई कुट्नु, भाटाका भाँडामा हाल्नु, मुख छोपिदिनु, मन्द आगोमा गुम्स्याउनु, भित्रको पात पाकेपछि बिक्रो उघार्नु (झिक्नु), त्यो पात निकाली तान्नातै सुनिएका ठाउँमा राखी तुरुन्त बाँधिदिनु, ४ घण्टा पछि त्यो खोलेर अर्को पात राखि बाँधिदिनु । यसो गर्ने गर्नाले जस्तै सूज (सुनिएको) भएको भए पनि निको हुन्छ । हात गोडा मर्केमा पनि सोहि सरह बाँधिदिनु ठिक हुन्छ । पुराना सूजमा पनि धेरै दिन गर्नु पर्ने अवस्था छ भने जुलाब गराएर मात्र औषधि प्रयोग गर्नु, बीच बिचमा पनि जुलाब गराउँदै जानु, आराम हुन्छ ।

सुत्केरी रोगमा

१ तोला सिमलीको पातको काढा बनाएर पिउने गर्नाले सुत्केरीको ज्वरो नष्ट हुन्छ । गर्भाशयको संकोचन हुन्छ, भित्रको मैलो धैलो निस्कन्छ र सफा हुन्छ । गर्भाशयभित्र पाटेघरको सूज पनि पनि नष्ट हुन्छ । प्रसुती अवस्थाको श्राव हटाउँछ । घाउ भरिदिन्छ । घाउभएको पनि निको हुन्छ ।

सुत्केरीको तागत बढाउनमा

५ तोला धर्जेराको फूल, ५ तोला घिउमा भुटेको सालीधानको चामलको पीठो र घ्यूमा भुटेको गहुँको पीठो ५ तोला मिलाई दूधमा खूब पकाउनु, अनि आधा पाउ मिश्रीको चास्नी बनाई (मिलाई)

त्यसैको ३१ ओटा लड्डु बनाउनु । १/१ ओटा लड्डु बिहान बेलुका दूधसँग खाने गर्नाले मासिक धर्म, रगत खराब, सूतिका, वायु आदि सबै रोग नष्ट भई छिट्टै खूब तागत आउँछ ।

सेतो र कालो दागमा

मुखमा वा अरू ठाउँमा भएको दागमा चूक, अमिलो वा पानीमा नून घोटेर राती लेप गर्नु र भोजनको पहिलो गाँसमा नून खाएर अनि भोजन गर्नु, विस्तारै दाग हराउँदै जान्छ ।

अथवा- राती मुखमा घ्यू घसेर सुत्नु र बिहान मनतातो पानीले मुख धुने गर्नु ।

अथवा- राती सुत्ने बेलामा मुखमा मह घसेर सुत्ने गर्नु र बिहान ठण्डा पानी र साबुनले धुनु, यसरी केही दिनसम्म प्रयोग गर्ने गर्नाले केही दिनमा मुख सुन्दर हुँदै जान्छ ।

सेतो आउँको औषधि

असली सूप १ छटाँक, काँचो सूप १ छटाँक, काँचो जीरा १ छटाँक, दालचिनी १ छटाँक मिलाएर तामाका भाँडामा भुटी, पिसी, छानी सिसीमा राख्नु, आवश्यक परेको बेलामा ११/२ तोलाको मात्रा गरी ४ पटक तातो पानीसँग सेवन गर्ने गर्नु । ५-६ दिन सम्ममा नियमित खाए रोग निको हुन्छ ।

पथ्य काँचो केराको तर्कारी भोहीसित खानु, पुरानो चामलको भात खानु ।

सैन खटिरो भएमा

यो एक प्रकारको खटिरा हो । यसबाट विषालु पानी

निकलीरहन्छ । त्यो पानी जहाँ लाग्दछ त्यो ठाउँ पनि पाक्छ । घाउको आसपासमा चालनी जस्तो छिद्रै छिद्र हुन्छ, घाउ पाक्न बढ्दै जान्छ । यसको लागि एक छटाक सिसा फलामको डाडूमा पगालेर त्यसमा तीन तोला पासे राखेर कुनै भाँडामा राख्नु; जब ठण्डा हुन्छ अनि एक छटाक गन्धकसँग मसिनो गरी पिनी यस चूर्णलाई सस्यूको तेलमा मिलाएर लगाउनाले श्येन खटिरा आराम हुन्छ ।

अथवा- विषालु पानी आउने श्येन खटिरामा डुम्री दहीको पानीमा मसिनो गरी घिसी त्यसको लेप गर्नु, जब सुक्दछ अनि फेरि लेप गर्नु । यो लेप पोल्दछ तर दुखेको सहनु, न हडबडाउनु आराम हुन्छ ।

नाडीब्रण र भगंदरको लागि युवक मरेको मानिसको खप्परको भस्म व्रण (खत) को भित्रसम्म लगाउनु, भगंदरको माथि लगाउनु ।

आधा पाउ सिमालीको रसमा १ पाउ तिलको तेल हाली पकाउनु, तेलमात्र बाँकी रहेपछि यो तेल जुनसुकै घाउ खटिरोमा प्रयोग गरे पनि हुन्छ । सैन खटिरो सपेत निको हुन्छ ।

अथवा- सर्पको काँचुली बालेर खरानी बनाउने र बरको दूध मिलाएर घाउमा भरिदिने गरेमा सैन पल्टेको घाउ आराम हुन्छ ।

संग्रहणीमा

बेलपत्र ६ मासा, विरेनून २ मासा, मरीच १ मासा, १ पाउ पानीमा मिलाएर घिउने गर्नाले संग्रहणी रोग नाश हुनुका साथै हात पाउ पोल्ने, वाय्वरोग, वमन आउनु आदि रोगहरू नाश हुन्छन् ।

अथवा आधा सेर मोही र खरबुजाको बीज १ तोला पिसेर मिलाएर ४० दिनसम्म खाने गरेमा निको हुन्छ ।

स्वप्नदोषमा

प्रत्येक दिन चिसो पानीले नुहाउने र व्यायाम गर्ने, शुद्ध शिलाजित आधा आधा ग्राम त्रिफलाचूर्णसँग खाने गर्नाले स्वप्नदोष ठीक हुन्छ ।

अथवा- त्रिफला, बोझो, गुड र चाकु समभाग मिलाएर सानो सानो गोली बनाउनु र १/१ गोली चिसो पानीसँग बिहान बेलुका खाने गर्नाले स्वप्नदोष ठीक हुन्छ ।

अथवा- वनतुलसीको बीउ कुटेर बिहान बेलुका १/१ चम्चा चिसो पानीसँग खाने गरेमा स्वप्नदोष हुनबाट बचाउँछ ।

अथवा- प्रत्येक दिन चिसो पानीले नुहाउने र व्यायाम गर्ने, शुद्ध शिलाजित आधा आधा ग्राम त्रिफलाचूर्णसँग खाने गर्नाले स्वप्नदोष ठीक हुन्छ ।

अथवा त्रिफला, बोझो, गुड र चाकू बराबर मिलाएर सानो सानो गोली बनाउने र १ १ गोली चिसो पानीसँग बिहान बेलुका खानाले स्वप्नदोष हुन बन्द हुन्छ । स्वप्नदोष हुने रोग छ भने वन-तुलसीको बीउ कुटेर बिहान बेलुका १-१ चम्चा चिसो पानीसँग खाने गरेमा स्वप्नदोष हुनबाट बचाउँछ ।

स्तन साहारो गर्नु परेमा

तिलको तेल, दूध, घिउ, आँकको दूध, कालिकवैको रस, सुन्तलाको जराको रस, हल्लेदाको रस, जामुनाको मुन्टाको रस एती एकत्र गरी मन्द-मन्द आगोमा पकाउनु, जब खोटो जस्तो बन्दछ, तब उतारी लेप लगाउनु स्तन साहारो हुन्छ ।

अथवा बरको दाही पिंथी पानीमा मिलाई स्तनमा लेप गर्नाले स्त्रीजातिको स्तन कठोर-सारो हुन्छ ।

अथवा- माजुफल, जाइफल खूब मैदागरी पिसी गाईका घीउसँग मिलाइ स्तनमा लगाउनु, साहारो हुनेछ ।

अथवा- दारिमको बोक्रा खूब मसिनो गरी पिसी तोरीको तेलमा पकाउनु र स्तनमा लगाउनु साहारो हुनेछ ।

अथवा - गैंडाको बोसो, कालो सर्पको बोसो एति सम गरी पिसी स्तनमा लगाउनु साहारो होइजान्छ ।

स्त्रीको छोप्ने व्यथामा

सुन्तलाको फूलको अर्क पिउने गर्नाले स्नायूभिन्नको रोग, अँठन र हिस्टेरिया समेत नष्ट हुन्छ ।

स्त्रीको श्वेत प्रदरमा

वंशलोचन, नागकेशर, कपूर सबै मिलाएर चूर्ण बनाउने र चौलानी पानीसँग खाने गरेमा श्वेत प्रदर रोग ठिक हुन्छ ।

स्त्रीको दूध कम आएमा

हरियो सागपात, दूध, झोल पदार्थ र काँचो मेवाको तरकारी खाने गरेमा सुत्केरीहरूको दूध बढ्न थाल्छ ।

स्त्रीको रज खोल्नु परेमा

मूलाको बिउ ६ मासा, पुरानो शखर २ तोला, १ माना पानीमा पकाउनु, आधा बाँकी रहेपछि तात्तातै पिउनु, ३/४ दिन प्रत्येक दिन खालिपेटमा त्यसरी नै खानु; मासिकधर्म ठिक हुन्छ ।

अथवा - १ मासा चून र ६ मासा मूलाको बिउ पिसेर तातोपानीसँग खानु, रजोधर्म ठिक हुन्छ ।

स्त्रीको महिनावारी हुँदा कष्ट भएमा

स्त्रीहरूलाई महिनावारी हुँदा कुनै कष्टभएमा तुलसीको रस खाने गर्नाले त्यस्तो रोग हुनबाट बचाउँछ ।

स्त्रीको योनी पोलेमा

अमलाको रसमा मिश्री मिसाएर खाने गरेमा योनी पोल्ने रोग ठीक हुन्छ । भित्रैदेखि पोलेको छ भने घोटताप्रेको रसर मिश्री मिलाएर खाने गरेमा त्यस्तो रोगीलाई फाइदा पुऱ्याउँछ ।

स्त्रीजातीको रज ज्यादा गएमा

चुत्रोको खोटो बनाई, जति यो खोटो छ त्यत्तिकै मात्रा बाख्रीको दूध पनि मिलाई खोटो तयार बनाउनु । यो खोटो लोंडेको जराको रससित ४ ४ घण्टामा खान दिनु, ठीक गर्दछ ।

स्त्रीको योनीबाट आङ निक्लिएकोमा

कालो जिरा र तोरीको तेल आगोको कोइलामा हाली धूवाँ लगाई रुमालले सेक्नु र आधा घण्टा पछि विस्तारै ठेलिदिनु, २ हप्तासम्म यस्तै प्रकारले गर्दै रहेमा र अशोकारिष्ट वा दशमूलारिष्ट खानु । ३ महिनासम्म संभोगबाट बच्नु, परिश्रम न गर्नु, निको हुन्छ, शंका मान्नु पर्दैन, २०/२२ से बँस आउने छ ।

स्त्रीको योनी ठूलो गर्नुपरेमा

कमलगट्टा, निलोत्पल, कदम्ब, विजयसार र नेत्रबला यी सबैलाई चूर्ण गरी कपडछान गर्नु र महमा मिलाई ३/४ दिनसम्म योनीमा लेप गर्ने गर्नाले एकदम फराकिलो (ठूलो) हुनेछ ।

स्त्रीको योनी साँधुरो गर्नुपरेमा

भाङ्ग मसिनो पिँधेर मसिनो टालोमा पौको पारी योनीमा राख्ने गर्नाले साँधुरो हुनेछ ।

अथवा भेण्टा सुकाएर चूर्ण पार्नु र योनीमा लगाउनु, साँधुरो हुन्छ ।

अथवा बकाइनुको रूखको बोक्राको चूर्ण पानीमा पिसी योनीमा लेप लगाउनाले उपरोक्त लाभ गर्दछ ।

अथवा मोचस्सलाई पिसी छानी, ३/४ घण्टा तक योनीमा राख्ने (लगाउने) गर्नाले १०/१२ पल्ट बच्चा जन्माइसकेकी आइमाई भए पनि त्यसको योनी साँधुरो हुनेछ ।

अथवा लोथ र तोराई बराबर भाग लिएर पिस्नु र योनीमा लेप लगाउने गर्नाले ।

अथवा- बेतको बोक्राको क्वाथ योनीमा लगाउनाले,

अथवा- मुसाको चर्बी (चिष्टी) पिसेर योनीमा लेप लगाउने गर्नाले शिथिल योनी साँधुरो हुनेछ ।

अथवा- बोझो, नीलकमल, कूट, मरीच, अस्वगन्ध र बेसार यी सबै एकत्र गरी पानीमा खूब मैदा गरी पिसी योनीमा लेप लगाउने गर्नाले साँधुरो हुन्छ ।

अथवा पलाँशको बीज, गुलर तिलको तेलमा लेप गर्नाले उत्तम दृढ हुन्छ ।

अथवा- मैनफल, मह र कपूर यी सबैलाई एकत्र गरी पिसी योनीमा लगाउनाले शिथिल भएको योनी अत्यन्त दृढ हुन्छ ।

अथवा- मैमफल, मुलेठी, कपूर यी तीन चिजलाई खूब मसिनो गरी पिंधेर छात्रु, अनि राती सुत्ने बेलामा योनिभित्र राखिदिनु त खूब संकोचन हुन्छ ।

अथवा- फिट्किरीलाई थोरै पानी पिसी लगाउने गर्नाले योनी संकोचन हुन्छ ।

अथवा- दहीको पानीले धुनु ।

अथवा- माजुफल, भुटेको फिट्किरी र संगजराहतको चूर्णलाई योनी भित्र राख्ने गर्नाले खूब साँधुरो हुनेछ ।

अथवा- छोटीमाई, माजुफल, ठूलो हरी, कपूर, समुद्रफल र फिट्किरी यी सबैलाई २-२ ग्रामजति लिएर चूर्ण पारी पुनः पानीमा खूब मसिनो गरी पिंधेर योनीमा लगाउने गर्नाले संकोचन हुन्छ ।

अथवा- पलाँशको कोपिला सुकाएर पिसेर पाउडर जस्तो बनाउनु र त्यत्तिकै मात्रामा शक्कर मिलाई एक सप्ताहसम्म १ तोलाका दरले खालीपेटमा दूधसँग खाने गर्नाले योनी साँधुरो हुन्छ ।

अथवा- आँकको जरोलाई धोई पखाली गरी स्त्रीले आफ्नू पिशाबमा पिसी योनीमा बाक्लो गरी केहि दिनसम्म लगाउने गर्नाले खूब संकोचन हुन्छ ।

अथवा- अमिलीको बीजलाई खूब मसिनो गरी पिसी कपडछान गरी पानीमा पकाउनु । जब खोटो जस्तो हुन्छ, तब उतारेर राख्नु, आवश्यकतामा योनीमा लगाउने गर्नाले खूब साँधुरो हुनेछ ।

अथवा- पलाँशको चोपलाई आफूलाई उपयुक्त हुने कि सिमको बत्ती जस्तो बनाई योनी भित्र राख्नेगर्नाले केही हप्तामा नै साँधुरो हुनेछ ।

अथवा- 'कामिनीसंकोचनपाउडर' यो पाउडर १५ २० दिनसम्म प्रत्येकदिन बेलुका सुत्ने बेलामा योनीमा लगाउने गर्नाले १०/१२ बेत बच्चा पाएको स्त्री भएपनि तरुणीको जस्तो साँधुरो हुनेछ ।

नोट - यसमा लेखिएका कुनै पनि औषधीहरूबाट पूरा लाभ लिन चाहेमा कम्तिमा पनि २० २२ दिन लगातार प्रयोग गरेमा आशातीत लाभ लिन अवश्य सकिनेछ । साथै औषधी प्रयोग गरुन्जेल पति-पत्नीले परहेज गर्नु आवश्यक छ ।

स्त्रीलाई सम्भोग इच्छा बढाउनमा

सुपारीपाक १/१ चम्चा बिहान बेलुका दूधसँग खाने, दशमूलारिष्ट ४/४ चम्चा दूधसित वा बराबर पानी मिलाएर र शुद्ध (सोधित) शिलाजित आधा ग्राम मनतातो पानीसँग खाने गर्नाले स्त्रीहरूलाई सम्भोग इच्छा एकदम बढेर आउँछ । विधवा स्त्री र आफ्नो लोग्ने घरमा न हुनेवालाहरूले सेवन न गर्नु ।

हाड भाँचिएमा

महमा कपडा भिजाएर भाँचिएको ठाउँमा काभ्रो बाँधिदिनु र ३ तोला जति मह पनि रोगीलाई केही दिनसम्म (यो एक मात्रा हो) खाइरहने गर्नाले भाँचिएको हाड जोरिन्छ र आराम हुन्छ ।

अथवा- १ मास गाईको दूध, १ तोला मुनक्का दाख, दुई ओटा छोहोडा, ३ मासा जेठी मधु पकाएर त्यसमा २ तोला घ्यू र १ मासा काँचो लाहा पिँधेर हाल्नु र ठण्डा भएपछि पिउनु, चोट पटक र

१. यो पाउडर हामीकहाँबाट पाउन सकिन्छ । इच्छा र आवश्यक परे संपर्क गर्नुहोला । -सम्पादक

हाड भाँचिएको समेतमा अत्यन्त उपयोगी छ । काँचो दूधको फिन आँखामा राख्नु, आँखाको लागि पनि अत्यन्त उपयोगी छ ।

अथवा- 'लाक्षादिगुग्गुलु' (आयुर्वेदिक औषधी) यो औषधीले सङ्के-मर्केको र हड्डीमा चोट-पटक लागेको र शरीरको कुनै पनि भागहरू सुन्निएको दुखेकोमा ठीक गर्दछ ।

मात्रा- रोगीको अवस्था हेरी २/२ गोली ३ टायमसम्म खाउन सकिन्छ । मह या दूधसँग वा तातो पानीसँग सेवन गर्नु । (६-७ दिन वा १२-१३ दिनसम्म या रोगी ठिक न हुँदासम्म खाउनु) ।

अथवा -

भैंचम्पा, हरचूर, मास लहरी, चिप्ल्याजरो कूटनु रातो माटि मिसी पकाइ दिनु लेप् जोरिन्छ हाड बूझनु । गाईका दूधसित पीउनु मिमे मागेर रायो जति नीको हुन्छ धरीधरी गरि कहें ज्यादा बताऊँ कति ? ॥

अथवा -

हरो भो, अमला, सुठो, बयरको बोक्रो र बरो सरी तोलाको समभाग पारि कुटनु, गुग्गूल पाँचै भरी । दुई टंक ततायको दुधमहाँ यो खानु पन्ध्र दिन फुक्लेका कुहुना घुँडाहरु पनि जोरिन्छ रुन्छौ किन ? ॥ बोक्रो कूटि बयेरको मह मिसी खानु महिना भरी नीको हुन्छ लडेर मक्मकियको ज्यू हुन्छ बज्रै सरी । की ता प्याज कुटेर लाउनु सधैं नीको भयो लौ भनी लेप् दीनु मजिठो मिसेर महुवा नाश हुन्छ यस्ले पनि ॥

हात पाउ जलन भएमा

कागतीको रस आधा पाउ, मिश्री १ तोला, मरीचको धूलो २ मासा (२५० मि. ग्रा.) पानीमा मिलाई पिउने गर्नाले हात खुट्टाको जलन, पित्तज्वर नाश हुन्छ । टाउको दुख्ने अरुचीमा समेत लाभ गर्दछ ।

हात गोडा वा जोर्नी दुखेमा

५ मासा सिमलीको रस, ३ मासा भुङ्गीराजको रस, ३ मासा तुलसीको पातको रसमा १ मासा ज्वानोको धूलो मिलाई खानाले सन्धि बाथ(त) नष्ट हुन्छ । आमवात पनि नष्ट हुन्छ । सबै प्रकारको शूल पनि नष्ट हुन्छ ।

हिक्कानाशक उपाय

हिक्का भयंकर ठूलो रोग हो । ज्वरोमा हिक्का चल्यो ज्यादै खराब लक्षण हो । श्वास र हिक्काले मनुष्यको प्राण ज्यादै छिटो नाश गर्दछ । बाखाको दूधमा ६ मासा सुठो हालेर पकाउनु र त्यो दूध रोगीलाई पियाउनु, यसले हिक्का ठीक हुन्छ ।

अथवा- मुलहठी महमा मिलाएर सुँघाउनु या पिपलाको चूर्ण चिनीमा मिलाएर सुँघाउनु या सुठो चाकुमा मिलाएर नस दिनु या नाकमा हिँगको धूवाँ दिनु या हिँगर मास पिनेर विना धूवाँको दूधको आगोमा राखेर धूवाँ दिनाले निश्चय सबै प्रकारको हिक्का ठीक हुन्छ ।

अथवा- स्त्रीको दूधको नस लिनाले, विना धूवाँको आगामा हलेदो र मासको दूर्ण चिलिममा हालेर तान्नाले, मुजुरको प्वाँखको

खरानी २-३ लाल महमा मिलाएर चाट्नाले धेरै बढेको हिक्का पनि शान्त हुन्छ ।

छिउँकेझाग माडेर नश हाल्नाले (लिनाले) हिक्का आराम हुन्छ । घाँटी भित्रको कफ पनि नष्ट हुन्छ । सुख्खा खाँ-खाँ खोक्ने खोकी पनि नष्ट हुन्छ । वाथले जकडिएको भए पनि ठिक गर्दछ ।

अथवा- ५ तोला विमिराको रसमा ६ मासा मह र ३ मासा बिरेनून मिलाई खानाले हिक्का बाडुकी निको हुन्छ ।

अथवा - २ तोला विमिराको रसमा ३ मासा सिधेनून हाली खानु, हिक्का निको हुन्छ ।

अथवा मह १ रत्ति, हलेदाको धूलो अलिकति मिलाई खानाले हिक्का र वान्ता कम हुन्छ ।

हिचकी (बाडुकी) र मूर्च्छाभा

पाँच/सात ओटा खुर्सानी कुनै धागामा उनेर आगोमा केही डढाई नाकमा धुर्वाँ दिनु ।

अथवा- पहाडिया कागतीको रस २ तोलामा ६ मासा मह र ३ मासा बिरेनून मिलाएर खाने गर्नाले हिचकी आराम हुन्छ ।

अथवा- (१ पाउ) २५० मि. ग्रा. बाख्रीको दूधमा २ तोला सुठो र १ सेर यानी हालेर पकाउनु, जब खोटो जस्तो हुन जान्छ यद्दा दूध जति रहन्छ तब उतारेर खाने गर्नाले हिचकी आराम हुन्छ ।

अथवा- सुठो, पिपला र अमलाको चूर्ण महमा मिलाएर खाने गर्नाले हिचकी विसेक हुन्छ ।

अथवा मयूरको प्वाँख डढाएर यो खरानी २ रत्ति, ६ मासा महमा फेटेर खानाले निको हुन्छ ।

अथवा ६ मासा घिउकुमारीको गुदीमा १ मासा सुठो पिसेर खानाले तत्काल आराम मिल्दछ ।

अथवा - अलैंचीको धूलो र चिनी मिलाएर खानाले यो रोग निको हुन्छ ।

अथवा केराको जरो राम्रोसँग धोएर चिनी मिलाएर खानु आराम हुन्छ ।

अथवा हर्रोको चूर्ण तातो पानीसँग खानु ।

अथवा मुलेठी पिसेर महसँग खानु ।

अथवा - तात्तातै गाईको दूध पिउनु ।

अथवा- तात्तातै भात र तातै घिउ मिसाएर खानु ।

अथवा २ मासा पतिना र २ मासा चिनी मिलाएर खानु ।

अथवा चना या अरहरको बोक्रा चिलिममा राखेर धुवाँ खानाले पनि आराम मिल्दछ ।

हैजा विसूचिका

यस रोगको प्रायः तीन अवस्था हुन्छ- पहिला अवस्थामा रोग हुने बित्तिकै जीउ दुख्ने, छटपटी हुने, बारम्बार दिसा हुने र वमन हुने हुन्छ । आरंभमा एक दुई पटक दिसा हुन्छ । वमनबाट खाए पिएको निस्कन्छ । यसपछि पानी समान वमन र चौलानी जस्तो सफेद पातलो दिसा हुन्छ । दोस्रो अवस्थामा केही दिसा वमन भएपछि पेट पोल्न थाल्दछ, प्यास बढ्दछ, पिसाब बन्द हुन्छ, नाडीको गति मंद हुन्छ । घरि-घरि बेहोसीपन हुन्छ । तेस्रो अवस्थामा रोगी बेहोस हुन्छ । संज्ञा नाश हुन्छ, मानिसलाई चिन्दैन, हातगोडा चीसो हुन्छ, आँखा गाडिन्छ । ओठ नीलो हुन्छ, हात गोडा बटारिन्छ, हिक्का आउन थाल्दछ ।

पिसाब एक दम बन्द हुन्छ । प्यास ज्यादाै बढ्दछ । रोगी प्रलाप गर्न थाल्दछ, शरीर तथा श्वास चीसो हुन्छ, बेहोसबाट होस हुन्छ र रोगी मर्दछ ।

हैजानाशक उपाय

अर्क कपूर, रेक्टिफाइड स्पिरिट १२ औंस, कपूर २॥ औंस अजवायनको फूल (सत्व) एक औंस, पिपरमेन्टको फूल (सत्व) एक औंस, पहिले कपूरलाई स्पिरिटमा घोल्नु, अनि अजवायन र पिपरमेन्ट मिलाएर राम्ररी घोल्नु र अनि कर्क बन्दशीशीमा राख्नु । यसको सेवनले हैजा, दिसा, वमन, दाँतको पीडा, विषालु जानवर बिच्छी अरिगाल आदिले टोकेको विष तत्कालै शान्त हुन्छ । हैजामा जवान व्यक्तिलाई दिसा-वमन शुरू हुने बित्तिकै ८-१० थोपा अर्क खान दिनु । जबसम्म बन्द हुँदैन १-२ घण्टामा यही मात्रामा दिँदै रहनु, जब रोग घट्छ औषधीको मात्रा पनि घटाउनु (ढीला दिनु) । १२-१४ वर्षको बालकलाई ४-५ थोपा दिनु । ज्यादाै सानो बालकलाई २-३ थोपा दिनु । यसको मात्रा २ देखि १० थोपासम्म हो । स्त्रीलाई पनि कम दिनु । दाँतको पीडामा कपासमा लगाएर दाँतमा राखिदिनु । ३-४ घटक लगाउनाले धेरै दुखेको पनि शान्त हुन्छ । अर्क कपूर दिएपछि रोगीलाई कमसेकम आधा घण्टासम्म पानी न दिनु । यसपछि अलिअलि दिनु । यो अर्क कपूर एकदम प्रभावशाली छ ।

अथवा- लसून, सफेद जीरा, शुद्ध गंधक, सूठो, मरीच, पीपला, भुटेको हींग अरू सबै चीज दुई तोला र हींग १ तोला सबै कुटेर छानेर फेरि खलमा हाली कागतीको रस हाली ७ दिनसम्म घोटेर चना समान गोली बनाउनु । तातो पानीको अनुपानमा जवान मानिसलाई ४-५ गोली बालक, कमजोरलाई कम खान दिनु । हैजा र अजीर्णको पहिलो अवस्थामा यो अघोघ औषधी हो ।

अथवा- अपामार्गको जसो रोगीमा पिनेर पिउनाले शूल र हैजा ठीक हुन्छ ।

अथवा- दारुआइ नरियल पानीमा या गुलाफ जलमा छोटेर थोरै थोरै पियाउनाले हेजा, दिसा, बमन आराम हुन्छ ।

अथवा- अर्कलो जसोको चोला २ तोला, अदुवाको रस दुई तोला, मरीच ६ मासा तीसै रोगीमा छोटेर एक एक मटर केराउ समान गोली बनाउनु र छायामा रक्ताउनु । प्रत्येक घण्टामा एक एक गोली रोगीलाई पानीसँग दिनु । र हेजा र ज्वरको लागि रामबाण छ ।

हैजामा पेटमा पीडा नाश

मूसाको लिँड एक तोला, मूँप एक तोला, मुसुरो राना बराबर हींग पानीमा पिनेर तताई पेटमा लेप गर्नु । पेटको पीडा, गर्भाशयको वेदना आदि आराम हुन्छ ।

अथवा- सूठो, मरीच, सिधेनून, सबैको ठुट्ट दुई भासा पानीमा पिनेर पेटमा लेप गर्नु, र शूल आदिमा आराम गर्दछ ।

हैजामा प्यास शान्ति

पानीमा ल्वाँग हालेर पकाउनु । आधा पानी सुकेपछि झिकी चिसो बनाउनु । यो पानी पिउनाले प्यास, जीठ दुख्नु, हृदय पीडा र प्यास शान्त हुन्छ ।

अथवा- जाइफलको काँडा बनाएर ठण्डा गरी थोरै पिउनाले हैजाको प्यास शान्त हुन्छ ।

अथवा- शीतलचिनी (कवाब चिनी) मसिनो गरी पिस्नु, रोगीले पानी मागेको बखत एक चिम्टी चूर्ण मुखमा हालेर एक

घूट्को पानी पियाउनु, यसले प्यास कम गर्दछ, पिसाब पनि खुल्दछ ।

हैजामा वमन नाश गर्ने

मुजुरको प्वाँखको भस्म बनाउनु, २-३ लाल भस्म मह र पिपलामा मिलाएर खानु वमन रोकिन्छ

हैजामा हातगोडा फर्कने

यसलाई हटाउनको लागि रोगीलाई गर्मी ठाउँमा राख्नु र गरम कपडा लगाउनु । सरस्यूको तेलमा कूट र सिधेनूनको चूर्ण मिलाएर हात गोडामा मालीस गर्नु । यसले हात गोडामा ताप आउँछ ।

हैजामा पिसाब हुने उपाय

सोडा (सुरा) दुई तोला पानीमा पिनेर एक सफा कपडाको पट्टी त्यस पानीमा डुबाएर राभिभन्दा मुनि पेटमा राख्नु पिसाब हुन्छ । तर यदि आधा घण्टासम्म पिसाब भएन भने दोस्रो ताजा पट्टी त्यस सोडामा पानी भिजाएर राखिदिनु, अवश्य पिसाब खुल्दछ ।

अथवा- मुसाको तिण्टमा थोरै कलमी सोडा मिलाएर पानी सँग पिसी राभिभन्दा तल पेटमा गाढा लेप गरिदिनु । यसले अवश्य पिसाब खुल्दछ ।

हैजामा हिक्का नाश गर्ने उपाय

केराको जरो कुटेर कपडामा राखी निचोरी रस निकाल्नु । यो रस सुँध्नाले हिक्का बन्द हुन्छ ।

अथवा- सिधेनून पानीमा वा घिउमा पिनेर सुँध्नाले या मुजुरको

प्याँखको भस्म ३ मासा महमा मिलाएर खानाले अथवा सूठोलाई सखखर मिलाएर सुँघ्नाले हिक्का बन्द हुन्छ ।

हैजामा अधिक पसिना नाश गर्ने उपाय

गहतलाई पित्तु र पसिना आउने ठाउँमा मल्लु, पसीना आउन बन्द हुन्छ ।

अथवा- भुटेको सूतो पिसेर सिधेनून मिलाई भुटेको गहत पनि मिलाई शरीरमा मल्लाले सन्निपात र हैजाको पसिना बन्द हुन्छ । कपूर सुँघ्नाले र सधैं साधमा राख्नाले हैजाको भय हुँदैन ।

हैजाको प्यासमा

जाइफलको काढा पकाएर खानु ।

अथवा प्याजको रस १/१ घण्टामा ६/६ मासाको मात्राले खानु फाइदा गर्दछ ।

अथवा २ तोला सिधेनून, १ पाथि पानीमा मिलाउनु र आगोमा पकाउनु, ४ माना जति बाँकी रहेपछि त्यसमा ३मास कागतीको रस हालेर माटाको भाँडामा राखी यही पानी बेल्ला बेलामा पिउनु (पियाउनु) हैजाको प्यास शान्त हुन्छ ।

अथवा कागतीको रस १ तोला, आधा रत्ति अफिम, मिश्री ३ तोला, आधा माना पानीमा मिलाएर पिउनु, प्यास दाह र छातीमा दुकदुकीको प्रकोप आराम हुन्छ । केही न पाइए कागतीको रसले मात्रै पनि फाइदा गर्दछ ।

हैजाको औषधी

अफिम आधा मासा, कागतीको रस १ तोला, मिश्री ३ तोला,

एकत्र गरी पिसी १ चौथाई जति पानीमा मिलाई पिउनाले हैजाभा फाइदा गर्दछ । छातीको घड्कन ठिक्क हुनुका साथै प्यास र जलनमा पनि लाभ गर्दछ ।

अथवा अफिम, जाइफल, अलैंची, ल्वाङ पिसेर जम्मा गरी तातो पानीसँग केही दिनसम्म खाने गर्नाले हैजा शान्त हुन्छ ।

अथवा वरको दूध नाभीमा भरिदिनाले (नाभीको वरिपरी लगाइदिनाले) फाइदा गर्दछ ।

अथवा आँपको बोक्रो दही पानीमा पिसेर नाभीको वरिपरी लगाउनाले पनि फाइदा गर्दछ ।

अथवा अलैंची अति अति पिसेर पानी राखी पकाउनु, दिनको २ मात्रा गरी त्यो पानी पिउने गर्नाले हैजा र (हैजाको) बमनमा फाइदा गर्दछ ।

अथवा ज्वानो र कपूर खान दिएमा हैजा ठिक्क हुन्छ ।

अथवा प्याजको रस र अदुवाको रस बराबर मिलाएर १/२ घण्टा बिराएर २/४ चम्चा खुवाउने गरेमा हैजा ठिक्क हुन्छ ।

हैजा लागेको व्यक्तिलाई ज्वानो र (खाने) कपूर पिसेर तातो पानीसँग खान दिएमा हैजा ठीक हुन्छ ।

क्षयरोगमा

सिधेनून ४ तोला, आँकका दुधमा फिटेर सुकाउनु, १ मासाको मात्रा गरी बिहान बेलुका खाने गर्नाले क्षय र क्षय रोगसम्बन्धी खोकी र अरू खोकी निको हुन्छ ।

अथवा - कुभिण्डोको रसमा २ लाल काँचो लाहा मिलाई १/१ तोलाको दरले खाने गरेमा क्षयरोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- अस्वगन्ध र पिपलाको चूर्णमा मह मिलाएर खानाले क्षयरोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- दिनमा ४ पटक मुनक्क या अंगुरको रक्सी खानाले पनि यक्ष्मा रोग सञ्जो हुन्छ ।

अथवा- महुवाको रक्सीले पनि फाइदा गर्दछ ।

अथवा- गाईको ताजा घिउ ६ मासा, मह ४ मासा, मिश्री ३ मासा र सुवर्णभष्म १ रत्ति यी सबैलाई मिलाएर खानाले क्षयरोग निको हुन्छ ।

अथवा बाख्रीको घिउ, बाख्रीकै दूधमा पकाएर त्यसमा पिपलको बोक्रा या मुन्टाको धूलो र गुड मिलाएर खाने गर्नाले क्षयरोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- यी तल लेखिएका आयुर्वेदिक औषधीहरू मध्ये कुनै एक वा दुई औषधी सेवन अन्य औषधी का साथ गर्नाले क्षयरोगमा लाभ गर्दछ-

सितोपलादि चूर्ण, वासावलेह, लवंगादि चूर्ण, जातिफलादि चूर्ण, द्राक्षारिष्ट, द्राक्षासव, च्यवनप्राश अवलेह, वसन्तमालती रस, कुमुदेश्वर रस जयमंगला रस इत्यादि ।



नाडी विज्ञान

(नाडीको चालबाट रोगीको मृत्यु विज्ञान)

एक महिना भित्रमा मर्ने व्यक्तिको नाडीको लक्षण

यदि धेरै पुरानो रोगी अत्यन्त क्षीण भएको छ भने, अथवा केही कारणले मोटाओस्, उसको नाडी पातली भै जुकाको जस्तो चिप्लो, धैर्य वक्रगतिले हिँड्छे भने, मोटी भई सर्प जस्तै कठिन भई, तेजिली, वक्रगतिले चल्दछे भने, क्षीण यद्वा सूक्ष्म या अदृश्य भई भने जुन दिनदेखि यस्तो नाडी हुन्छे, त्यस्तो भएको १ महिना भित्रमा या दोश्रो महिना लाग्दै त्यसको मृत्यु हुनसक्दछ ।

पन्ध्र दिनसम्म बाँच्ने सूचना दिने नाडीको लक्षण

जसको शरीर शीतल-ठण्डा भएको छ, मुखबाट घरि-घरि श्वास चल्दछ, नाडी अत्यन्त ताती (जलाउँछे जस्ती) भएर तीव्रगतिले चल्दछे भने त्यसको जीवन १५ दिनतक रहन्छ भनेर नाडी विज्ञानको विशेषज्ञहरूले भनेका छन् ।

सातदिन भित्रमा मर्ने सूचना दिने नाडीको लक्षण

यदि रोगीको नाडी चोरी अङ्गुलीका फेदमा तीव्रगतिले बहन्छे, कहिले - कहिले ठण्डापनकी भएकी छ भने, पसिना चिप्लो-चिप्लो छप्छपी भएर यदि आउँछन् भने त्यो रोगी सात दिनभन्दा बढ्ता बाँच्दैन ।

अथवा हात माथितिर पसारेर उठाउँदा पनि नाडीको गति बिजुलीको गतिकै समान बेगवाली भएकी छ भने त्यो मनुष्यको मृत्यु ७ दिन भित्रमा हुन्छ ।

अथवा रोगीको नाडी केही क्षण बडो तेजसँग चल्दछे किन्तु शीघ्र शान्त हुन्छे र रोगीको शरीरमा सूजन उठेको (भएको) छैन भने त्यस रोगीको मृत्यु सात दिनमा हुन्छ, यदि शरीरमा सूजन छ भने त्यस्तो हुँदैन ।

चारदिनमा मृत्यु हुन्छ भनेर जनाउ दिने नाडीको लक्षण

यदि रोगीलाई पहिलो दिनमा अग्निसमान अत्यन्त तीव्र ज्वरो आएको छ, त्यसको नाडी केवल तर्जनी औंलाका फेदमा मात्र एकलवका समानले स्पन्दन गर्दै निरन्तर चल्दैरहिछ भने त्यो रोगीको मृत्यु ४ दिन भित्रमा हुन्छ ।

अथवा- असाध्य नाडीहरू दाहिने हातमा त देख्नैपर्दछ, तर दाहिने पाउमा पनि हेर्नुपर्दछ, स्त्रीको बायाँ हात-बायाँ पाउमा हेर्नु । यदि दुवै ठाउँको गति विकृत भएकी छ भने त्यो पनि हात पाउको एकै भयो भने कथित समयमा त्यसको अवश्य नै मृत्यु हुन्छ ।

यदि रोगीको हात पाउको नाडी मुखमा अथवा तर्जनी औंलाका फेदमा हरबखत फट्कन्छे भने त्यसको पनि ४ दिनमा मृत्यु हुन्छ ।

अथवा - नाडी तर्जनी (चोरी औंलो) को फेदमा चल्दछे, श्वास मुखबाट मात्र निस्कन्छ, नाकबाट बन्द छ निस्कदैन (यदि रुघा लागेको छैन र स्वभाविकै नाकबाट श्वास बन्द भयो) भने त्यसको मृत्यु पनि ४ दिनका दिन हुन्छ ।

तीन दिन भित्रमा मर्ने नाडीको लक्षण

सन्निपातले पीडित मनुष्यको शरीर यदि सन्निपात ज्वरोको प्रकोप

गर्मीले व्याकुल भयो भने यस्तो भएको बेलामा त्यसको नाडी ठण्डी भएको थाहा हुनगर्दैन भने त्यसको मृत्यु तीन दिनमा हुन्छ ।

अथवा - जुन रोगीका मुखमा वा चोरी औंलाको फेदमा नाडी चल्दै गरेको प्रतीत हुन्छ, मध्यमा शीतल भएर बहन्छे, शरीरमा ग्लानी प्रतीत हुन्छ, नाडीको गति तन्तुको भाँति सूक्ष्म भएर मन्दरूपले चलेकी छ भने त्यो रोगी तीन दिनभित्रमा मर्दछ भन्ने संज्ञानु ।

अथवा - स्वस्थ मनुष्यको नाडीको गति हत्केलो न पसारीकन आफ्ना स्थानदेखि तल भएको प्रतीत हुन्छे, पुनः हात पसारेपछि आफ्ना स्थानमा सूक्ष्मरूपले प्रतीत हुन्छे भने त्यो मनुष्यको मृत्यु तीनदिनमा हुन्छ ।

दुई दिनमा मरण जनाउने नाडीको लक्षण

जुन मन्त्रिपातका रोगीको नाडी स्थिर हुँदैन औंलाका फेदमा तथा तर्जनीको फेदमा बिजुली चम्के जस्तै गरी एकाएक फट्कन्छे, अथवा जस्को नाडी स्थिर छ, उसका मुखमा बिजुलीको जस्तै तेजिलो कान्ति देखा पर्दछ भने त्यसको जीवन (दुई दिनभित्र अर्थात् एकदिन मात्र शेष रहेको संज्ञानु) दोश्रोदिनतकमा अवश्य मर्दछ ।

अथवा- यदि अकस्मात् रोगीको नाडीको गति तर्जनी (चोर) अंगुलीका फेदमा मात्र टुटेकी छ भने र अलि अलि (केही) पनि नाडी भएको थाहा हुँदैन भने त्यो रोगी दुई दिनराम्पको पाहुना हो भन्ने संज्ञानु ।

एकदिनमा मर्ने नाडीको लक्षण

जब नाडीको बेग नष्ट भएर स्पन्दन मात्र हुन्छ वा रहन्छ, तब १ दिनभित्रमा रोगीको मृत्यु हुन्छ ।

अथवा - रोगीको नाडी चोरी आँलाको फेदमा मात्र डमरुको जस्तै चंचलभावले चल्दछे भने त्यो रोगीको एकदिनमा मृत्यु हुन्छ ।

अथवा - रोगीको नाडी भँवरोको चालले चल्दछे वा दुई तीन पटक तेजीसित चल्दछे-फट्कन्छे फेरि गायब हुन्छे, फेरि एकक्षण उस्तै चालले चलेर बन्द हुन्छे भने त्यसको मृत्यु १ दिन अर्थात् २४ घण्टा भित्रमा संझनु ।

यी कुराहरू सूक्ष्म विचार र अनुभव गरेर मात्र बताउनु पर्दछ ।

मृत्युकालको नाडीको लक्षण

मृत्युकालमा नाडीको गति जीर्ण भएर डमरुको समान हुन्छे । माथितिर तन्तुकै समान सूक्ष्म मन्दगतिले चल्दछे, तलतिर वक्रगति-वालीटेढी हुन्छे ॥

कस्तो लक्षण भएका मानिस पञ्चत्व (मृत्यु) मा प्राप्त हुन्छन् ?

विसूचिका रोग भए छँदामा रोगीको दाँत, ओंठ, मुख र पाठ आदिमा पाकेको जामुनाको जस्तो कालो वर्ण (पैदा) भएमा सो रोगी केहि दिनको पाहुना हो भन्ने जानु । (यो कालो वर्ण १/२ अङ्गमा वा सबैमा पनि हुन सक्दछ ।

अथवा- जुन रोगी बोल्दा गद्गद भएर वा झीनो शब्द यद्वा जिउरो लट्पटिएको जस्तो गरी (स्पष्ट बोल्न सक्दैन) बोल्दैन भने त्यो रोगीलाई प्राणान्त अवस्थाको संझनु ।

अथवा- सन्निपात ज्वरोमा जसको शब्द भेडो या बास्राको जस्तो हओस् त त्यस्तो व्यक्ति पनि आतुर वा मरणासन्न भएको जानुपर्दछ ।

अथवा- जसको देहबाट शुभ अथवा अशुभ सुगन्ध वा दुर्गन्ध लगातार धेरै दिनसम्म आइरहन्छ भने त्यो व्यक्ति कुनै रोगबाट वा हृदयगति बन्द भई मृत्यु हुन सक्दछ ।

अथवा स्नान न गरीकन वा स्नान गरेर पनि जसको देहबाट लगातार सुगन्ध आइरहन्छ भने त्यो व्यक्ति १ वर्षभन्दा बढि न बाँच्न सक्दछ ।

अथवा- जसको देहबाट दिशा पिशाच मुर्दाको जस्तै अथवा मांस, रगत समान गन्ध आयो भने त्यो व्यक्ति वर्षदिनभित्रमा मर्दछ ।

अथवा- राम्रोसँग नुहाइ धुवाइ गरेर पनि जुन रोगीमा माखा र लाम्खुट्टे न्यादै आयो भने त्यो व्यक्ति पनि धेरै महिनाको पाहुना हो ।

अथवा यदि दुर्बल र रोगग्रस्त प्राणीको वरिपरि ठूला-ठूला कमिला र (नीलो वा हरियो) माखाले भुक्तायो भने त्यो व्यक्ति १ महिना पछि चमराजको अतिथी हुनपुग्दछ भन्ने संज्ञानु ।

अथवा- जुन रोगीमा आइरहेको पसिना कुनै तरहले पनि रोकिंदैन भने त्यो व्यक्ति छिटै आफ्नो बाटो लाग्दछ भन्ने संज्ञानु ।

अथवा- जुन रोगीको दाँत (पहिलेको भन्दा) जकडिएको, (कलेठी परेको) होस् र दाँतबाट सेतो बालुवा जस्तो निक्कियोस्, अथवा आँखाको परेली जटा परेको होस् त त्यो व्यक्ति धेरैदिन दुःख पाएर बस्नुपर्दैन ।

अथवा- जसको आँखा प्रकृतिबाट रहित होस् वा विकृति भएको होस् वा पहिलेको भन्दा फरक देखिएको होस्, आफ्नो ठाउँबाट टेडो मेडो भएको होस् वा तल माथि भएको होस् अथवा टोलाएर हेरिरहने गरेको होस् वा ठूला आँखा भएको होस् वा कुनै शिला जस्तो एकाकार भइरहोस् वा तल माथि

आँखा भएको प्रतीत होओस्, कि सदा बन्द गरिरहेको होओस् त त्यो व्यक्ति केही दिनको पाहुना हो ।

अथवा - आँखाबाट सदा सर्वदा आँसु यद्वा पानी आई रहोस् या आँखाबाट अथवा घरि घरि अत्यन्त आत्तिएको जस्तो देखियोस् वा होओस् या चिन्तामग्न भएको जस्तो हओस् वा आँखा पल्टाएको हओस् वा परेवाको जस्तो हओस् वा अन्धो भएको प्रतीत होस् या कालो, नीलो हरियो यद्वा डढेको काठको जस्तो होओस्, अथवा रातो (ताम्र) वर्णको वा धुआँ जस्तो धमिलो या अत्यन्त डरलाग्दो होओस् त त्यो व्यक्ति पनि १/२ दिन मात्रको पाहुना हो भन्ने संज्ञानु ।

अथवा- टाडकाको रौं तानोस् वा अरू कुनैद्वारा ताम्र लगाओस्, परन्तु त्यसको अनुभव यद्वा तानेको न दुखोस् थाहा न पाओस् त त्यसलाई यमराजले बोलाइसकेको संज्ञानु ।

अथवा- जुन रोगीको पेटको नशा कालो, पहेँलो वा तामाको जस्तो वा सेतो होओस्- हुनजाओस् त त्यो (रोगी) व्यक्ति पनि केवल ७/८ दिन मात्रको पाहुना हो ।

अथवा जो व्यक्ति अत्यन्त रोगको कारण स्वच्छ आकाशलाई बादल आदिले ढाकेको भनोस् वा पृथ्वीलाई शून्य आकाश जस्तो संज्ञोस् त त्यो पनि ३/४ घण्टा भन्दा ज्यादा बाँच्दैन ।

अथवा - जुन रोगीले राम्रोसँग बलिराखेको बत्तीलाई अँध्यारो यद्वा उज्यालो दिएन भनी भन्दछ वा ढान्दछ या सामुन्ने बसिराखेको व्यक्तिलाई 'किन हिँड्यौ त नि ?' भनि भन्दछ भने त्यो व्यक्ति पनि धेरै घण्टा बाँच्दैन ।

अथवा - जुन व्यक्तिले राम्रो पानीलाई फोहोर पानी र न राम्रो फोहोर पानीलाई खूब सफा भन्यो भने यद्वा जसले आफ्नो सामुन्ने प्रेत, राक्षस, भूत आदि प्रत्यक्ष देखेको देखेँ भन्दछ वा अनुभव गर्दछ

भने सञ्जै भए पनि सो मानिसको लागि कात्रो ल्याएर राखे हुन्छ ।

अथवा- स्वच्छ आकाशमा भेद्य बादलले ढाकेको देखोस्, अथवा सूर्य र चन्द्रमाको प्रभा शून्य देखेको भनोस् त त्यस व्यक्तिलाई केही दिनको अतिथि सञ्जनु ।

अथवा सूर्य वा चन्द्रग्रहण न लाग्दा पनि ग्रहण लागेको भन्छ वा देख्दछ भने त्यो व्यक्ति रोगी न भएको भए पनि १ महिनाभन्दा ज्यादा बाँच्दैन ।

अथवा जसले रात्रीमा सूर्य र दिनमा चन्द्रमा चम्केको देख्दछ भने, न बालेको स्वच्छ पृथिवीबाट उडेको धूआँ मान्दछ भने, रात्रीमा बोलेको राम्रो अग्निलाई कुनै शक्ति वा तेज रहित र आगो विभक्तो कोइला जस्तो देख्दछ-(मान्दछ) भने त्यसले स्मशानघाटतिर माइत सारेको सञ्जनु ।

अथवा कुनै कारणविना नै अनेक प्रकारका वर्णहरू (कालो, पहेंलो, रातो आदि) बाट डराउन दिने, विरूपवाला प्रत्यक्ष देख्दछ भने अथवा जसको सामुन्ने डरलाग्दोरूपबाट अनेक किसिमका पुरुषहरू देख्दछ भने त्यो व्यक्ति त्यहि दिन महाप्रस्थान गर्दछ ।

अथवा जुन रोगीले अदृश्यस्वरूप भएका देवता, यक्ष-गन्धर्व, राक्षस आदिलाई आफ्नो सामुन्ने आकाशमा रहेका छन् वा उनीहरूले आफूलाई कुरेर या हेरेर बसेका छन् भनेर भन्दछ वा देख्दछ भने अब त्यसको दाना चारा सिद्धिएछ भन्ने सञ्जनु ।

अथवा जसले समीप यद्वा नजीक बसेका आफ्ना छोरा, भाई, परिवार वा इष्टमित्रहरूलाई चिन्दैन भने, आकाशका शब्दलाई सुनेको छ भन्दछ भने अथवा - नजिकै बोलेको कुरालाई (कानको रोग बाहेक) सुन्दैन भने संसारलाई भाया मारेछ भन्ने सञ्जनु ।

अथवा- जुन रोगीले आफ्नो आँलाले कान थुनेर कोही बोलेको

पनि सुत्र चाहँदै न भने आफ्नो बाटो लाग्नेभयो भन्ने संज्ञानु ।

अथवा- यदि रोगीको टाया-बायाँ, अगाडि या पछाडि माथि वा तलका कुनै अङ्गमा स्वाभाविक र कुनै अङ्गमा अस्वाभाविक विकृत रंग देखिने गयो भने त्यो व्यक्ति केही दिनभित्रै मर्दछ भन्ने संज्ञानु ।

अथवा- यदि रोगीको शरीरमा एक ठाउँमा प्रसन्नता जस्तो, अर्को ठाउँमा ग्लानि, अथवा एक अङ्गमा खम्बो र अर्को अङ्गमा चिल्लो देखियो भने त्यो व्यक्ति छिटै मर्नेवाला हो भन्ने संज्ञानु ।

अथवा- यदि रोगीको नङ्गसिली, आँखा, मुख र हात खुट्टामध्ये कुनै किसिमका विकृतिहरू प्रादुर्भाव हुन लागोस् वा एकाएक रंग बदलियोस् वा त्यसभन्दा पहिले कहिल्यै पनि नदेखिएको रङ्ग अकस्मात् (विना कारण) देखियोस् त रोगी मर्दछ भन्ने संज्ञानु ।

अथवा- रोगीको दुवै ओंठ पाकेको जामुनाको फल जस्तो होओस् त त्यो रोगी गतायु संज्ञानु ।

अथवा- रोगीको घाँटी (कण्ठ) बाट अनेक किसिमका विकृत स्वरहरू निक्लन्छ वा अधिषछि (पहिले पहिले) बोल्नेभन्दा भिन्दै स्वर निक्लेको छ भने उसको आयु निखेको संज्ञानु ।

अथवा- जुन रोगीको आँलाहरू तान्दा पट्काउँदा पट्कन्न भने, उसले बाटो ततायो भन्ने जान्नु ।

अथवा- जुन रोगीले देखिने चीजलाई देख्दैन र नदेखिने चीजलाई फलाना चीज देख्ने भन्दछ भने त्यो रोगी बाँच्दैन ।

अथवा- जुन रोगीको जिउरोमा (वा मुखमा या घाँटीमा) कुनै रोग छैन तापनि मीठो, पीरो, अमिलो आदिको स्वाद थाहा पाउन्न भने यसको आयु खतम भएछ भन्ने जान्नु ।

अथवा जो मानिस स्वप्नामा कुकुर, गधा या उँटमा चढेर दक्षिण दिशातिर जान्छ (गएको देख्दछ वा भन्दछ) भने त्यो व्यक्ति टी. बी. भएर मर्दछ ।

अथवा- जुन व्यक्तिले सपनामा रातो कपडा वा राता फूलका मालाहरू लगाएको र रातो नै रंग भएकी (रातो कपडा लगाएकी) आइमाई खूबसँग हाँसेकी देखोस् त त्यो मानिस रक्तश्राव या रक्तपित्तको रोगबाट मर्दछ ।

अथवा- जुन मनिसले सपनामा नाङ्गो भएर सबै शरीरभर घिस वा तेल लगाएर अथवा न बलेको आगोमा हवन गरेको देखोस् या छातीमा कमल उम्रेको देखोस् त त्यो व्यक्ति कुष्ठ भएर मर्दछ ।

अथवा जुन मानिसको शरीरमा (नुहाइ धुवाई गरी चन्दनादि सुगन्धित द्रव्य लेपन गरेर पनि) नीलो वा हरियो माखाले ज्यादै नै भुक्तायो भने त्यो रोगी प्रमेह रोगले मर्दछ ।

अथवा- जुन मानिस सपनामा चाण्डालका साथ घिस, तेल आदि चीजहरू पियोस् खाओस् त त्यो व्यक्ति पनि प्रमेह रोगले मर्दछ ।

अथवा- जो व्यक्ति सधैं असन्तोष यद्वा निराश भइराखोस्, क्रोध लिइराखोस् अथवा सधैं डराएको (जस्तो) हओस् वा हाँसिरहोस् या छिटो-छिटो बेहोश भइराखोस्, तिर्खा खूब लागोस् त त्यो व्यक्ति उन्माद रोगले मर्दछ ।

अथवा जुन रोगी सपनामा राक्षसका साथ नाच्दा नाच्दै पानीमा डुबोस् ता त्यो पनि उन्मादरोगबाट मर्दछ ।

अथवा- जुन रोगीले अँध्यारो न हुँदा पनि अँधेरो देखोस्, कतैबाट कुनै किसिमको आवाज-शब्द न आउँदा पनि किसिम-किसिमका आवाज वा गीतहरू गाएको सुनोस् त त्यो व्यक्ति मृगीरोगबाट मर्दछ ।

अथवा- जुन व्यक्तिले सपनामा यस्तो देखोस् कि म स्वस्ती खाएर खूब मदमस्तसँग नाचिराखेको छु, अथवा भूतहरूले मलाई उँधोमुन्टो पारेर कतै लगिराखेका छन् भन्दछ भने त्यो रोगी पनि मृगी रोगले मर्दछ भन्ने जान्नु ।

अथवा जुन रोगीले सपनामा तिलबाट बनेका पदार्थ वा पुडी, मालपुआ (वा) आदि खाएको हुँदा हुँदै जागोस्, अथवा व्यूँझनेबित्तिकै पुडी, मालपुआ आदि (नै) बान्ता गरोस् त त्यो व्यक्ति संसारबाट छिटै बिदा हुँदैछ भन्ने जान्नु ।

अथवा जुन रोगीको छातिबाट नीलो वा पहेँलो कफ निक्लोस् त त्यसको जीवन संदेहयुक्त अर्थात् धेरै वर्ष बाँच्दैन ।

अथवा रोगीले आफ्नो छायाँ बिग्रेको देखोस् वा छायाँ नै न देखोस् या अर्काको छाँया न देखोस् त त्यो व्यक्ति पनि धेरै दिन बाँच्दैन ।

अथवा आफ्नो छायाँ दुइभागमा बाँडिएको देखोस् या शिर विनाको देखोस् त त्यो व्यक्ति थोरै दिनको पाहुना हो ।

अथवा जो रोगी रोग लाग्नुभन्दा पहिलेको खानाभन्दा धेरै खाओस्, तर दिशा-पिशाव थोरै गरोस् त त्यो व्यक्ति पनि धेरै महिना यस संसारमा रहनुपर्दैन ।

अथवा जुन रोगीको घाँटी (कण्ठ)बाट अनेक किसिमका आवाजहरू निक्लोस्, मन शिथिल हु ओस्, पखाला लागिरहोस् र कुनै तरहले पनि न रोकियोस्, बल घटेको होओस् तिर्खा ज्यादा लागिरहोस्, मुख सुकिरहोस् त त्यो व्यक्तिले पनि छिटै चोला फेर्दैछ भन्ने जान्नु ।

अथवा जुन रोगीको मासु क्षीण भएको होओस् यानि हाड र

छालामात्र भएको जस्तो हओस्, लिङ्ग भित्र घुसेको होओस्, शिर र जिउरो लत्रेको होस् त त्यो व्यक्ति छिटै महाप्रस्थान गर्दछ ।

अथवा जुन रोगीको कपालमा तेल न राखिकन पनि (नै) यस्तो देखियोस् कि मानौं तेल घुसेको जस्तो हओस् त त्यो व्यक्तिलाई कालले बोलाइसकेको संज्ञानु ।

अथवा- जुन रोगीको जिउरो एकदम बाहिर आउन लागोस् या भित्रै जान लागोस्, अथवा नाक सुकोस् त त्यो व्यक्ति पनि धेरै दिन बाँच्दैन ।

अथवा- मुख, कान र दुवै ओंठ अत्यन्त कालो या सेतो वा रातो अथवा नीलो हओस् त त्यो रोगी पनि धेरै दिन बाँच्दैन ।

अथवा- जुन रोगीको जिउरो लट्पटिएको जस्तो होओस् अथवा गरुंगो जस्तो मानोस् या काँडा परेको जस्तो होओस् वा कालो होओस् या सुकेको होस् त त्यो व्यक्ति यमराजको पाहुना संज्ञानु ।

अथवा- जुन रोगीको दुवै हात, गोडा अत्यन्त कडा हओस् या नशा, तालु आदि सबै अति चिसो होस् त त्यो व्यक्तिको आयु धेरै दिन छैन भनेर जाने हुन्छ ।

अथवा- जुन रोगीले दाँतले नङ टोकोस्, वा नङले कपाल तानोस् वा झिंजो या छेस्काले वा हातको नङले वा गोडाको औँलाले पृथ्वीमा कोरोस्-लेखोस् त त्यो व्यक्ति पनि धेरै दिन यस पृथ्वीको भार हुनुपर्दैन । (कोही कोहीको यस्तो गर्ने बानि पनि हुन्छ) ।

अथवा जुन रोगीले ज्यादातर दाँत कट्कटाई रहोस् या आफूखुसै रोओस् र घरि घरि चिच्याएर वा गद्गद् हुँदै हाँसोस् त त्यो व्यक्तिले पनि आफ्नो गतायु संज्ञानु ।

अथवा जुन रोगीलाई पहिले खूब राम्रो लागेको मनपरेको

चीज र कुराहरू पछि एकाएक त्यही एकदम न राम्रो मानोस् त त्यो व्यक्तिको आयु निखेको रहेछ भन्ने संज्ञानु ।

अथवा- जुन रोगीको दुवै आँखा अचानक कालो, शिथिल वा हरियो हओस्, आफ्नो शिर, गर्दन यद्वा शरीर गरुंगो भएर थाम्न न सकोस् त त्यो व्यक्तिको मानु सकिएछ भन्ने संज्ञानु ।

अथवा- जुन रोगीमा विनाकारण अकस्मात् भक्ति, शील, स्मृति, बुद्धि र बल देखियोस् त त्यो व्यक्ति पनि ६ महिनाभन्दा ज्यादा बाँच्दैन ।

अथवा जुन रोगी धेरै दिनसम्म रोगाएर केही पनि न खाएको होओस्, अत्यन्त कमजोर होओस्, तर अचानक निरोगी र जवान मान्छेले खाने झैं खाना खाओस् र केही काम-धन्दा पनि गर्नचाहे झैं गरोस् त त्यसलाई पनि यमराजको निमन्त्रणा आएको संज्ञानु ।

अथवा जुन रोगीको स्वर बसेको होस्, बल, कान्ती न होस्, शरीरको रंग बिग्रिदै गएको होस् र म अब मर्दछु अथवा म अब धेरै दिन बाँच्दैन या फलाना फलानालाई मेरो अन्तिम संज्ञा सुनाइदिनु भनोस् त त्यसलाई पनि बाटामा हिड्ने बटुवा जस्तो संज्ञानु ।

अथवा जसको जिउरो नीलो, पहेँलो र काँढादार होओस्, तातो-तातो श्वास फेरोस्, रौं ठाडा हऊन्, आँखा रातो/पहेँलो होस् र घाँटीबाट घुर्घुराएको आवाज आओस् त त्यो व्यक्ति मर्दछ ।

अथवा- जसको मुखबाट रगत आवोस्, टाउको दुखोस् र भित्र दाह, बाहिर जाडो मानोस् त त्यो व्यक्ति गतायु संज्ञानु ।

अथवा जसको दाँतमा लेइ लागोस्, आँखा प्रायः एकोहोरीई राखोस् या टोलाइराखोस् (टोलाएको जस्तो होओस्), शरीरमा अचानक बल आओस् त त्यो व्यक्ति पनि प्रायः बाँच्दैन ।

अथवा धेरै पिशाव गर्ने र छिटो छिटो श्वास फेर्ने, दुब्लो, खान

न रुचेको होस्, इन्द्रियमा कुनै कान्ति न भएको यद्वा शक्ति नष्ट भएको होस् त त्यो व्यक्ति पनि छिटै मर्न सक्दछ ।

अथवा- जुन व्यक्ति पटक पटक बेहोश भइराखोस्, सुत्दा प्रायः उत्तानो नै सुति राखोस् र (सुत्दा) ज्यूँदो मानिसको जस्तो कुनै चेष्टा न गरोस् यद्वा मरेको हो कि ज्यूँदो हो ? (भन्न) छिटो छुट्याउन न सकियोस्, बस्दा-सुत्दा छिटो जराकजुरुक् उठ्न न सकोस्, बाहिर चिसो भित्र दाह होस् त त्यो व्यक्ति पनि केही महिनामा नै मर्ने लक्षण हो ।

अथवा- राँ ठाडा हुन्, आँखा रातो होस्, छाती(मा) एकदम दुखोस्, लामो लामो सास फेरोस् त त्यो व्यक्ति पनि छिटै संसार छोड्दछ भन्ने संज्ञानु ।

अथवा- जो रोगी जिरिङ्ग मानिराखोस्, हृदयमा पीडा भइराखेको होओस्, अङ्गभिन्नमा दाह धेरैदिनसम्म भइरहेको होस्, बाहिर सारा शरीर चिसो होस्, शिरमा पसिना आओस् तर छाति र अन्यत्र पसिना न आवोस् त त्यो व्यक्ति पनि महाप्रस्थानको तयारी गर्दैछ भन्ने जान्नु ।

अथवा- जुन मानिसले (नाकको रोग बाहेक) प्रत्येक - हरेक पदार्थलाई सुगन्धित ठान्दछ वा दुर्गन्धित मान्दछ वा सुगन्धित चीजलाई दुर्गन्धित र दुर्गन्धित चीजलाई सुगन्धित मान्दछ भने स्वस्थावस्थाको भए ६ महिना र रोगी छ भने ३ महिनाभन्दा बढि बाँच्दैन ।

अथवा- जुन रोगीले पीरो, अमिलो, नुनिलो, गुलियो, टर्रो आदिको स्वाद जिउराले थाहा न पाओस् वा उल्टो-सुल्टो कुरा गरोस् त त्यो व्यक्ति वर्ष दिनको मात्र अतिथि संज्ञानु ।

अथवा- जुन रोगीले आफूले स्पर्श गरेर पनि खस्रोको चिल्लो, चिल्लोलाई खस्रो, तातोलाई चिसो र चिसोलाई तातो भन्दछ भने, कमलोलाई साहारो र साहारोलाई कमलो भनोस् मानोस् त उसँग लेनदेनका हरहिंसाव आदि सबै सोधपुछ गरेर बसे हुन्छ ।

(यी माथिका कुनै कुनै लक्षणहरू सन्निपात रोगीहरूमा पनि पाइने हुने हुनाले त्यो रोग भए न भएको ख्याल गर्नुपर्दछ, अन्यथा कुनै केहीको बिचार्न नगरी बोल्न पाएँ भनेर प्याच्च बोल्ने, बस्न पाएँ भनेर थुचुक्न बसिहाल्ने र खान पाएँ भनेर ब्रवाप्प खाइहाल्ने बानी गर्नु हुँदैन) ।

अथवा जुन रोगीले (पहिले-पहिले) खान्न भनेर छाँडेका चीजहरू खान पुनः मन गर्दछ भने, अथवा (अन्तिम अवस्थामा) बुझ्ने न मर्किने (मानौं भूतप्रेत मरिमसान भएर हिँड्ने गरेका निशाचरहरूले बोल्ने भनिने जस्तो) कन्याङ्कमन्याङ्कआदि कुराहरू बोल्दछ भने त्यो व्यक्ति छिटै आफ्नो बाटो लाग्नेभयो भन्ने संज्ञान् ।

यो तल दिएको (तालिकाको) वारमा नक्षत्र वा नक्षत्रमा वार परेर रोग लागेको रहेछ भने त्यो रोगी धेरै प्रयत्न गरे मात्र बाँच्ला, अन्यथा मर्ला भन्ने संज्ञान् ।

१. नोट- यी वार, नक्षत्र, र तिथी परेका बेलामा रोग लागे (रोगी) मर्दछ, औषधी गर्नुपर्दैन भन्न खोजिएको होइन । परन्तु वैद्यक यद्वा ज्योतिष शास्त्रमा यस्तो लेखिएको छ भनेर दर्शाइएको मात्र हो र परिक्षण अपेक्षित छ ।

प्रौढ पाठकवृन्द ! अरू पनि यस्ता लक्षणहरू न भएका होइनन्, तर यहाँ यस विषयमा अर्को छुट्टै पुस्तक तयार हुन जाने र ग्रन्थ विस्तारको भय हुनाले अहिलेलाई यत्तिमात्र ।

पाठकवृन्दहरूको अभिरुची भएमा हामी यस पुस्तकको दोश्रोभागमा उल्लेख गर्ने प्रयास गर्नेछौं । यहाँ दिइएकाबाट पनि केही रूपमा जानकारी हुनेनै छ भन्ने आशा छ ।

मर्न लागेका मानिसलाई परिवारले गर्नुपर्ने कर्तव्यको केही जानकारीहरू

१. रोगीको अब मृत्यु नजीकमा (छिटै) हुन जाने छ भन्ने थाहा हुनासाथ खाट वा पलङ्ग आदिमा भन्दा जमिनमा नै बिस्तरादि लगाई सुताउनु ।

नक्षत्र	वामपट शोण	नक्षत्र	मृत्यु शोण
वार	नक्षत्र	अनुराधा	अथवा - अश्लेषा, शतभिषा, आर्द्रा, धनेष्ठा, ज्येष्ठा, पूर्वभाद्रपदा, पूर्वषाढा, पूर्वफाल्गुनी, भरणी, कृत्तिका र विशाखा
आश्ल	मघा	३ उत्तरा	चर्ग नक्षत्रमा डाइलवार, मंगलवार र शनिवारमध्ये कुनै एउटा वारमा
सेम	विशाखा	मघा	नक्षत्रमा, षष्ठी, द्वादशी र चौथी तिथिमध्ये कुनै एउटा तिथि परे पनि मृत्युयोग* पर्दछ भनी जानु ।
मंगल	आर्द्रा	अश्विना	
बुध	पूर्वा	मृगशिरा	
विहि	कृत्तिका	अश्लेषा	
शुक्र	रोहिणी	हस्ता	
शनि	हस्ता		

२. जुन ठाउँमा सुताउनु छ त्यहाँ भरिसक तुलसीको मठ नजिकै होस् र त्यस ठाउँमा कुनै पवित्र माटो र गाईको गोबरले लिपिएको होओस् ।

३. विस्तरा आदि लगाइ सकेर (रोगीलाई) त्यहाँ सुताई तल लेखिएको मन्त्र—

ॐ अपवित्रः पवित्रो वा सर्वावस्थां गतोऽपि वा ।

यः स्मरेत् पुण्डरीकाक्षं स बाह्याभ्यन्तरः शुचिः ॥

पढी कुश, तुलसीपत्र, जौ, तिल र सुन मिसिएको जलले मार्जन गरिदिनु ।

४. विस्तरामा सकभर सेतो पहेँलो कपडा वा ऊनीको वस्त्र प्रयोग गरिएको होस्, तर निलोरंगमा रँगाइएको वा नीला-हरिया रंगका रेशमका कपडाहरू बिच्छ्याउनु प्रयोग गर्न त्यति उपयुक्त मानिंदैन यस अवस्थामा ।

५. सम्भव भए विस्तराको मुनि कुशको आसनी राखिदिनु, न पाइए कुशको टुक्रा भएपनि शिरानी (तकिचा) मुनि राखिदिनु ।

६. शुद्ध (चोखो) कपडा मरणासन्न व्यक्तिलाई ओढाइदिनु, मुख न छोपिने गरी ।

७. घाँटीमा रुद्राक्ष वा तुलसीको माला लगाइदिनु वा नजिकै राखिदिनु ।

८. शिरानीतर्फ तुलसीको मठ वा तुलसीको गमला हओस् ।

९. शिरानीमा गीताजीको वा विष्णुसहस्रनामको वा गजेन्द्रमोक्षको पुस्तक राखिदिनु ।

१०. निधाम्ना भस्म (विभूति) वा गोपीचन्दन लगाइदिनु ।

११. माथि भनिएको कुश, तुलसीपत्र, तौल र सुनका प्रतिमा

राखिएको जल वा चरणामृत समय समयमा पियाउँदै रहनु (परन्तु यो ख्याल राख्नुपर्दछ कि प्राण जाने अवस्थामा जल पियाउँदा-खाउँदा उक्त व्यक्तिलाई सकस पर्न जान पनि सक्छ, अतः यस विषयमा साह्रै विचार पुऱ्याउनु पर्दछ) ।

१२. मरणासन्न व्यक्तिको विस्ताराको चारै तर्फ फूलहरू छरिदिनु र सुगन्धित (चिनी धिउ, खुदो वा धुपीको, त्यो पनि न पाइएँ असली अगरबत्तीको) धूप दिनु ।

१३. मरणासन्न रोगीलाई परलोकमा सहायता गर्ने हरि, नारायण कृष्ण, राम, प्रणव आदि नामरूपी औषधीको प्रयोग गरिदिनु । परमात्माको कुनै पनि नामको उच्चारण गर्नु या गराउन लगाउनु । विष्णुसहस्रनाम, गजेन्द्रमोक्ष या श्रीमद्भागवत वा श्रीमद्भगवद्गीता (विशेषतः आठौँ अध्याय) अर्थसहित सुनाउनु । परलोकमा सुख दिने औषधी यिनै हुन् ।

१४. हुनसक्छ भने उसको जुन इष्टदेव हो, उनै भगवान्को सुन्दर, शान्त स्वरूपको चित्र-फोटोहस्त परमधाम जान लागेको व्यक्तिले देख्ने गरी राखिदिनु ।

१५. सम्भवभए आधा तोला जतिको सानो श्रीशालिग्रामजीको मूर्ति मरणासन्न व्यक्तिको छाती (हृदय)मा (च्यादर वा ओढाइएको वस्तुमाथि भए पनि हुन्छ, तर कतै खस्न-झर्न भने भएन) राखेर घरका सबै परिवारले त्यहाँ मूर्तिमा पूजा गर्नु र धूप, दीप, नैवेद्य र आरती गरिदिनु (गर्नु) र प्रदक्षिणा र नमस्कार पनि गर्नु—

नारायण दयासिन्धो! जगन्नाथ जनार्दनः ।

मामुद्धर महाविष्णोः संसाराब्धेः सुदुस्तरात् ॥

१६. यतातिरयी मार्थ बताइएका विषयहरू जुट्दै-गरिदै गइएको

छ भने अर्कोतिर्फ भगवानका गुणानुवाद कीर्तनहरू अनवरतरूपमा चलदै रहोस् ।

१७. मरिसके पछि पनि कमसेकम १५-२० मिनटतक कीर्तन भइराखोस्, जबतक शवयात्राको तयारी भएको हुँदैन ।

वास्तवमा कोही पनि प्राणी कहिल्यै अजरामर हुनै सक्दैन, जन्मे पछि मृत्यु अवश्यम्भावी छ । अतः मर्नेका निमित्त शोक गर्नु व्यर्थ छ, त्यसैले रोगी मरणासन्न हुन लागेपछि शोक गरेर रुनु त झन् अनर्थ हो र अरू सम्बन्धितले पनि आँसु न झारी, शोक न गरीकन-धैर्यधारण गरी भगवान्का नामस्मरण कीर्तन आदि गराउनु । जय जयकारको उच्चारण गर्नु, भगवान्का राम्रा-राम्रा गुणानुवादहरू गाउनु ।

जसले मरणासन्न व्यक्तिलाई भजन-कीर्तन सुनाउँछ र साथै उसको सेवा गर्दछ भने त्यस वखतको सेवकको ठूलो माहात्म्य बताइएको छ । त्यो सेवा कार्य बराबर न कुनै भजन छ, न ध्यान छ, न त सत्संग नै छ ।

साँच्चै भन्ने हो भने मुक्ति प्राप्ति गर्ने बेला नै यही हो । सब काम छोडेर मरणासन्न व्यक्तिको सेवा गर्न जानु, लाखौं काम छोडेर कीर्तन, भजन, स्तोत्र पाठ गर्नु (गरिदिनु)- ।

अन्तिम अवस्थामा पञ्चमहाभूतमा मिल्नजाने व्यक्तिको दृष्टि र चाहना जुन चीजमा हुन्छ त्यसैमा त्यसको भविष्य () बन्न जाने हुनाले उसको जीवन आनन्दमय बनाउनको लागि उपरोक्त चीजमा आस्थावादी हुन प्रयास गरिएको हो -

यं यं वापि स्मरन् भावं त्यजन्त्यन्ते कलेवरम् ।

तं तमेवैति कौन्तेय! सदा तद्भाव भावितः ॥

भावार्थ—

प्राणान्तका समयमा जुन जो चितायो
तै प्राप्त हुन्छ भनि भन्दछ शास्त्रमा यो ।
तस्मात् हरिस्वरूपमा मन राख्नुपर्छ
यो भन्दिने परम बान्धव त्यो ठहर्छ ॥

यी कुराहरू प्रति सहमत हुनु, मान्नु नमान्नु आफ्नो रुचि र
विश्वास अनुसार हुने भएकोले यहाँ हामीले मात्रै पर्छ -गर्ने पर्छ भनेर
कर लगाउनु, भन्नु केही छैन । अस्तु

**कुन चीजसँग कुन् चीज एकसाथ वा उत्तिखेरै
खानु हुँदैन ?**

दुध र माछा-मासु एकै साथ वा उत्तिखेरै खानु हुँदैन ।

मासु र दूध वा मासु र सातु एक साथ खानु हुँदैन ।

परेवाको मासु तेलमा भुटेर खानु हुँदैन ।

गरम चीज खाँदा उत्तिखेरै वा साथ साथै दही न खानु ।

तामाको भाँडामा धेरै बेर राखेको दूध न खानु ।

काँशका भाँडामा धेरै बेर राखेको घिउ न खानु ।

महसँग तातो चीज वा तातो दूधमा मह राखेर न खानु ।

खीरसँग खिचड़ी, तर्कारी वा दही, मोही न खानु ।

घिउ र मह बराबर मिलाएर न खानु ।

धेरै प्रकारका मासु एकै छोकमा वा एकै दिन न खानु ।

घिउ, तेल, मह, पानी र दूध एकैसाथ वा उत्तिखेरै न खानु ।

मोही, दाल र भात मुछेर वा उत्तिखेरै न खानु ।

मूला, लसुन र तुलसी खाएर वा उत्तिखेरै एकछिनपछि दूध खान्छ
भने त्यसलाई कोढी हुन्छ ।

कुनै पनि चीजको साग, पाकेको कटहर, दूध र मह मिलाएर खान्छ भने कुनै डरलाग्दो रोग वा नष्टसक हुन्छ (भइन्छ) ।

मूला खाने बित्तिकै दूध वा दूध खाने बित्तिकै मूला खान्छ भने त्यो पनि कोढी रोग हुनबाट बच्न सक्दैन ।

लीचि वा खरबूजो खाएपछि तुरुन्त पानि न पिउनु ।

बकुल्लोको मासु बंगुरको बोसोमा भुटेर वा पकाएर खान्छ भने काल आइसकेको छ भनी जाने हुन्छ ।

मह तताएर खान्छ भने कात्रो ठिक पारे हुन्छ ।

पानीसँग घिउ वा सातु खाएर तुरुन्त खीर खान्छ भने त्यसलाई डरलाग्दो रोगले न सताउला भन्नसकिंदैन ।

याद राख्ने काम लाग्ने कुराहरू

दुध - (मनतातो भएको दूध) थकाइ नाशक, बलवर्धक ।

मह - कफ, पित्तनाशक, बलवर्धक ।

घिउ - वात, पित्तनाशक, बलवर्धक ।

तैल - वात, कफनाशक ।

चून - रुचिकारक ।

अमिलो - (उचित रूपमा प्रयोग गरे हृदयको लागि) हितकारक ।

पसिना - शरीरलाई कोमलता बनाइराख्न उत्तम ।

कसरत - शरीरलाई बलियो बनाउन उत्तम ।

मैथुन - उचित प्रयोगले स्वास्थ्यलाई लाभदायक । तर अति मैथुनले बल-तागत, बुद्धि, स्मृति आदि नाश गराउन सर्वोत्तम ।

उँखुको रस वीर्य बढाउन र पिशाव लगाउन उत्तम ।

जामुन - वायु प्रकोप बढाउन उत्तम ।

माष - वात, पित्त र कफ बढाउनमा उत्तम ।

अरैठको तेल - साधारण जुलाफ गराउन ।

स्यूँडी - पातलो दिशा गराउनमा उत्तम ।

खयर - कुष्ठ नाश गर्नमा उत्तम ।

अमला उमेर स्थिर गराउन यद्वा बुढ्याई रोक्न ।

बेलको काँचो फल - दिशा कब्जियत गराउन । भोक जगाउन
र वात, कफ नाश गर्न ।

भेडीको घिउ - हृदय (स्याम्थ) लाई हानी गराउन उत्तम ।

बाख्रीको दूध - रक्तश्राव रोक्न र दूध बढाउनमा उत्तम । रुघा
पिनास आदिमा हित गर्न उत्तम ।

भेडीको दूध - कफ, पित्त बढाउनमा उत्तम ।

भैंसीको दूध - निद्रा र ताकत बढाउनमा उत्तम ।

दूध र घिउ - ताकत एवं बुढ्याई नाश गर्नमा उत्तम ।

समयमा भोजन-आरोग्य ।

दिशा पिशाव गर्दा दाँत टम्म पारेर जोड्न दाँत बलियो हुन ।

मलमूत्रको वेग रोक्न रोग व्याधि निम्त्याउन ।

मदिरा सेवन चिन्ता हटाउन, बेहोश बढाउन ।

मदिरा अधिक सेवन धन, स्मृति, बुद्धि नाश गर्न र उस्तै परे
कुकुरद्वारा मुतिङ्ग, कट्टिमुनि लगाइएका
कपडाहरूमा दिशा पिशाव पार्नमा
उत्तम ।

निक्लौदो वीर्यं रोक्नु नपुंसक बनाउनमा उत्तम ।

बासी खाना खानु अरुची-मन्दाग्नी र रोग निम्त्याउन ।

अजीर्ण भोजन गर्नु - सबै रोगलाई निम्त्याउन ।

अधिक उपवास - आयु कम गर्नमा उत्तम ।

भोक हटिसकेर खानु दुर्बलता गराउन ।

विषम भोजन गर्नु पेटको रोगलाई निम्त्याउनु ।

विरुद्ध पदार्थ खानु कुष्ठ, मिर्गी, सेतोदाग आदिरोग निम्त्याउन
वा बढाउन ।

क्रोध - चिन्ता, रोग, शत्रु र बुढ्याई गराउन ।

शक्तिभन्दा ज्यादा परिश्रम - शरीर छिटो थोत्रो बनाउन ।

रजस्वला गमन - लक्ष्मी त्याग्न, पुण्य भगाउन र रोग निम्त्याउन ।

चिन्ता लिनु - बुढ्याई छिटो निम्त्याउन ।

विषाद गर्नु - रोग बढाउन, आलश्य गराउन ।

धेरै साग खानु - शरीर सुकाउन वा सुन्नित ।

गर्भवती स्त्री कडा औषधी, ज्यादा कसरत परिश्रम (काम)
र डरलाग्दा चीजहरू हेर्न र संभोगबाट बच्न ।

असमर्थता - डर पैदा हुनमा सर्वोपरी ।

उत्तेजित यद्वा राजसी भोजन - मूर्खता र रीस बढाउन ।

विचारै न गरी बोल्नु शत्रु कमाउन, झगडा बढाउन ।

ज्वरो रोगहरूमा ज्यादा बलियो ।

कुष्ठ - धेरै समयतक रहिरहने ।

टी. वी. - सबैभन्दा कठिन (आजकल केही सरल यद्वा छिटो
रोग निर्मूल हुन सक्ने हुन थालेको छ) ।

प्रमेह - छिट्टै सञ्जो न हुने ।

ब्रह्मचर्यमा रहनु - आयु, तेज, स्मृति आदि सबै बढाउनमा अति उत्तम ।

सन्तोषले रहनु - पुष्टिकारक ।

उचित निद्रा - थकाइ हटाउन र स्वस्थ रहन ।

ज्यादा निद्रा - आलस्य बढाउन ।

मनको प्रसन्नता र परमात्माको चिन्तन

गर्भधारणमा उत्तम सुख रसन्तोषसंग जीवन बिताउन ।

शान्ति लिनु-मन, वचन र कर्ममा उत्तम ।

सन्तोषले रहनु - पुष्टिकारक ।

आफ्ना सहपाठीसँग शास्त्रार्थ गर्नु-बौद्धिक विकास ।

सद्वचन - जोसुकैसँग र सधैं ग्रहण गर्न उत्तम ।

कुन् रोगमा केको प्रयोग गर्ने ?

ज्वरोमा - तुलसीको चिया, मह, तुलसीको पातको रस, अदुवाको रस या पानको रस ।

वातज्वरमा - मह, रातोपटुवा हुने बोटको रस, चिरायता, तुलसीको पातको रस या ल्वाङ्ग भिजाएको पानी ।

सन्निपातको ज्वरमा - अदुवाको रस, तुलसीको पातको रस, दशमूल क्वाथ, कण्टकारीको क्वाथ, पिपलाको जराको क्वाथ ।

शीतज्वरमा - भाँड्को रस या भरीच पकाएको तातो पानी ।

जीर्णज्वरमा - मह, पिपला, जीरा, पिपल, सितोपलादि चूर्ण, दूध, सूठो इत्यादि ।

कुपथमा - क्यामुनाको रस, सालको रस या असुराको मुन्टाको रस । अनि जुन चीजको कुपथ परेको छ त्यही चीजलाई (डढाएर त्यसको खरानी) तातो पानीसँग खाने ।

अण्ड वृद्धिमा

कोखापट्टि एउटा ठूलो नसो मुन्निईँदै गएको पाइन्छ, सो नसालाई फेला पार्न सकेका खण्डमा काछको आसपासबाट सो नशालाई पक्री तलतिर अण्डकोषतिरै ताब्रे गर्नाले केहि दिनबाट नै अण्डकोष वृद्धि हुने रोग नाश हुन्छ ।

जान्नुपर्ने कुरा के छ भने जुन भाग तिरको अण्डकोष बढेको छ सोही भागकै माथि (कोखापट्टि) तिरको नशा तान्नुपर्दछ । दुवै अण्डकोष बढेको भए दुवै नशा पक्री खिच्ने प्रयास गर्नु खिच्नु । नसो चिन्ने तरिका के त भने त्यो अण्डकोषतिर गएको नसामा ज्यादा दुख्ने र सुनिने गरेको हुन्छ र त्यही नशाको माध्यमबाट नै पानीको मात्रा अण्डकोषमा शुष्र्ण जाने गरेको हुन्छ ।

अथवा अमिली, तित्रीका पात मोहीमा पिसेर अलि अलि तातो पारेर अण्डकोष वरिपरि लेप लगाएर कपडाले बाँधिदिनु । करीव २ महिनासम्म प्रतिदिन लगाउने गरेमा निको हुन्छ ।

खोकीमा

कण्ठकारीको जरोको चूर्ण १ मासा, पिपलाको धूलो १ मासा, यी दुवैलाई एकत्र गरी महमा मिलाएर चाट्नाले खोकी आराम हुन्छ ।

अथवा- कण्ठकारीको फूलको चूर्ण र पिपलाको चूर्ण १-१ मासा मिलाई महमा फेटी खानु ।

अथवा- असुराको मुन्टाको रसमा मह मिलाएर २०/२२ दिनसम्म खाने गर्नाले धातुक्षय, श्वास र खोकीमा आराम गर्दछ ।

अथवा असुराको मुन्टाको रस ६ मासा, मह ६ मासा, र समुद्रनून १ मासा यी तीनैलाई एकत्र गरी मिलाई तातो पानीसँग केही दिनसम्म खानाले निको हुन्छ ।

अथवा- मुलेठी (जेठीमधु), मरीच र मिश्री समभाग लिई पिसी छानी चना जत्रो गोली बनाई सो २-३ गोली तातो पानीसँग खानाले खोकी विसेक हुन्छ ।

अथवा- हर्षो, वर्रो अमलालाई डढाई त्यसको खरानी महसँग चाटेर खानाले वृद्धावस्थाको खोकी पनि आराम हुन्छ ।

अथवा - जेठीमधु, मरीच र मिश्री यी सबैलाई एकत्र गरी पिसी ४/५ दिनतक दुवै समयमा लगातार खाने गर्नाले खोकी जान्छ ।

अथवा - अलैंचीलाई मन्द आगोमा भुटी पिसेर महमा मिलाएर खाने गर्नाले पित्तबाट उब्जेको खोकी निको हुन्छ ।

अथवा - सुहाग भुटेर पिसनु, अनि पानमा राखेर दिनमा ३/४ पटक ६/७ दिनसम्म खाने गर्नाले कफज खोकी निको हुन्छ ।

अथवा - चिया पकाउँदा अलिकता अदुवा राखेर खाने गर्नाले पनि खोकी कम हुन्छ ।

अथवा - खुटो र घिउ पकाएर खाने गर्नाले क्षयरोगसम्बन्धी खोकी आराम हुन्छ ।

अथवा - मरीचको धूलो महमा फेटेर चाटनाले सुख्खा खोकी आराम हुन्छ ।

अथवा सितोपलादि चूर्ण, वासावलेहमा फेटी खाने गर्नाले पुरानो खोकी पनि निको हुँदै जान्छ ।

अथवा गुडमा मरीच र सुँठोको धूलो मिलाई खाने गर्नाले खोकी र सामान्य रुघा विसेक हुन्छ ।

अथवा मिश्री र मरीच भुखमा लिई राख्ने र यसैको रस सुस्त सुस्त निल्दै गरिरहनाले तिर्खा र खोकी हट्दछ ।

अथवा मकै भुटेर डढाउनु, त्यसको खरानीमा सिधेनून र पिपला मिलाई पिसनु र सो भस्म (धूलो तातोपानीसँग दिनमा ३/४ पटक खाने गर्नाले साधारण रुघा खोकी र कुकुरखोकी पनि आराम हुन्छ ।

अथवा कालो धतुराको जरो धोएर सुकाउनु, सुकेपछि धूलो पार्नु र चिलिममा राखेर खाने गर्नाले खोकी ठिक हुन्छ ।

अथवा अनारको बोक्रा ४ मासा, जेठीमधु २ मासा, वर्रेको बोक्रा २ मासा यी सबैलाई एकत्र गरी पिसी १ पाउ पानीमा पकाउनु । जब सुकेर-पाकेर थोरै रहन्छ, तब उतारी १ तोला मिश्री मिलाएर खानाले खोकी ठिक हुन्छ ।

अथवा- कमलगडालाई खूब पिसेर छात्रु, अनि २/३ मासाको मात्रा गरी, २ टायम महमा फेटी खानु केही यसरी दिनसम्म खाने गर्नाले खोकी आराम हुन्छ । (कमलको बीजको भित्रको हरियोभाग रहेछ भने त्यो हरियोभाग निकालिदिनु, किनकि सो हरियो भागले हानि गर्न सक्छ) ।

अथवा- कण्टकारीको फूलको धूलो, भुटेको जिरा र मिश्री यी सबैलाई एकत्र गरी तातोपानीसँग खाने गर्नाले पित्तबाट भएको खोकी सञ्जो हुन्छ ।

अण्डकोष बढेकोमा

भाँडको पात पिसेर लेप लगाउनु र पट्टि बाँध्ने गर्नाले अण्डकोष बढ्नमा नियन्त्रण गर्नुका साथै रोग पनि सञ्जो हुन सक्छ ।

अण्डकोष चिलाउनेमा

गुमाइ यद्वा अण्डकोष ज्यादै चिलायो भने अलि अलि कन्याएर कागतीको रस लगाइदिनु ज्वाइँ निको भैहाल्छ ।

आँखा दुख्ने र धमिलोपनमा

त्रिफला पानीले धुने गरेमा आँखासम्बन्धी सम्पूर्ण रोगहरू नष्ट हुन्छन् ।

अथवा- मरीच र घ्यू मिलाएर केहीदिनसम्म खाने गर्नाले आँखासम्बन्धी रोगहरू नष्ट हुन्छन् ।

अथवा- १ मासा धनियाँको गोडा पिसेर आधामाना पानीमा पकाउनु र कपछान गरी त्यो रस आँखामा १/२ थोपा हाल्ने गरेमा आँखा पोल्ने र आँखाबाट पानी बग्ने रोग निको हुन्छ ।

आँखाको फूलोमा

कपूर र बरको दूध मिलाएर आँखामा सलाईको काँटी जस्तो सानो छेस्कोमा सफ्र रुई बहेर गाजल लगाए झैँ गरी लगाउने गरेमा आँखाको फूलो नष्ट हुनसक्छ ।

आउँ-मासी परेकोमा

३ मासा कागतीको रसमा अफिम आधा रत्ति मिलाएर दूधसँग पिउने गर्नाले आउँ मासी ठिक हुन्छ ।

आगोले पोलेकोमा

आगाले पोलेकोमा तुरुन्तै काँचो आलु पिसी लगाइदिनु पोलेको घाउमा दाह पनि हुँदैन र सञ्जो पनि हुन्छ ।

कपाल कालो गराउनु परेमा

धनियाँको रस र अमलाको रस खाने गर्ने र धनियाँको रस टाउकोमा लगाएर नुहाउने गरेमा कपाल कालो र सुन्दर बनाइदिन्छ ।

अथवा- त्रिफला पानीले कपाल धुने (नुहाउने) गरेमा फैलो कपाल कालो हुँदै जान्छ ।

कपाल झर्ने गरेकोमा

तुलसीको पातको रस र सखर मिलाएर बेलुका सुत्ने बेलमा टाउकोमा लगाएर सुत्ने र बिहान उठेपछि मनतातो पानीले नुहाउने गरेमा कपाल झर्ने रोग ठिक हुँदै जान्छ ।

कपाल लामो गराउनु परेमा

अमलाको तेल १ किलोमा २०० ग्राम कफिको बीउ हालेर मन्द आगोमा पकाउने र तेल सेलाएपछि त्यो तेलले नुहाउने गरेमा कपाल बढ्न थाल्नेछ, साथै कैलो कपाल रहेछ भने पनि कालो हुँदै जान्छ ।

कफशूल भएकोमा

निमको बोक्राको काढा पानी पकाएर खाने गर्नाले कफशूल ठिक हुन्छ ।

कफ फटाल्नु (निकाल्नु) परेमा

मरीच पिसेर महसँग मिलाएर खाने गरेमा कफ फटाएर खोकी समेत निको हुन सक्छ ।

कलेजो र फियोको रोगमा

मूलाको बिउ ३ भासा र कागतीको रस मिलाएर प्रत्येक दिन खाने गर्नाले कलेजो र फियो बढेको ठिक गर्दछ ।

कब्जियतमा

१ तोला अमिलीको फल पानीमा पकाएर छात्रे र मिश्री मिलाएर खाने गर्नाले पेट फुल्ने र कब्जियत हुने दुवै रोगलाई नष्ट गर्दछ ।

अथवा- कब्जियतको रोगीले प्रत्येक दिन बिहान ५/६ ओटा पाकेको केरा खाने गरेमा कब्जियत रोग ठिक हुन्छ ।

अथवा- बिहान उठ्ने बित्तिकै र बेलुका सुत्ने बेलामा कागती र पानी खाने, भात खाने बेलामा प्याज, हरियो सागपात र प्रायः गरेर सुखा रोटी खाने गरेमा कब्जियत हट्दछ ।

कान न सुन्नेमा

बबूलको फूल, तोरीको तेलमा पकाएर कपडाले छानी सो तेल दिनमा ३/४ थोपा कानमा हाल्ने गरेमा कान न सुन्ने रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा - दालचिनीको तेल २/४ थोपा कानमा हाल्ने गरेमा कान सुन्न थालिन्छ ।

कान पाकेकोमा

सूर्तीको पात भिजाउने र त्यसबाट आएको पानीलाई मनतातो पारेर तताउने र ३/४ थोपा कानमा हाल्ने गरेमा कान पाक्ने रोग ठिक हुन्छ ।

अथवा तिलको तेलमा सुकेको लसुनको पोटि डड्ने गरी

पकाउने र पकाएको - पाकेको तेल कपडाछान गरी कुनै सफा सिसीमा राख्नु । आवश्यकतामा कानको पीप सफा गर्न मिले सम्म न सफा गरेर ३/४ थोपा कानमा हाल्ने गरेमा पाकेको कान हराउँदै-सञ्जो हुँदै जान्छ ।

अथवा - १ रत्ति निलोतुथो पिनेर तिलको तेलमा पकाएर कपडाछान गरी पाकेको कानमा ३/४ थोपा हाल्ने गरेमा कान पाकेको निको हुन्छ ।

काटेको घाउमा

दुबोको रस (बाक्लो गरी) लगाउनाले ठिक हुन्छ ।

अथवा- पोष्टकार्ड पोलेर त्यसको खरानी लगाए पनि काटेको घाउबाट रगत बग्नुबाट बचाई बिसेक गराउँछ ।

अथवा- आँकको बोक्रा पिसेर लेप लगाउनु ।

कालो छाला गोरो गराउनमा

आधा तोलाको मात्रा गरी दिनमा ३ पटकका हिसावले सेतो दुबो पिसेर नित्य लगाउने गर्नु ।

किरा परेको घाउमा

दिनको ३ पटक बरको दूध घाउमा हाल्ने गर्नु, घाउका किरा गृह हुन्छन् - मर्दछन् ।

घाउ - खटिरामा

जिउमा खटिरा आएको छ भने निमको पात बोक्रा पिसेर लगाउनु

अलि अलि मालिस पनि गर्नु, १५-२० मिनेट पछि नुहाउने गर्नु । खटिराहरू हराउँदै जान थाल्नेछन् ।

खोकी र दममा

१ मासा आँकको फूल, १ मासा सिधेनून, ३ लाल अफिम, ३ मासा ज्वानो यी सबै मिलाएर पिसने र सानो केराउको जत्रो गोली बनाई ३/३ घण्टामा १-१ गोली तातो पानीसँग खाने गर्नाले खोकी र दम दुवै ठिक हुँदै जान्छ ।

टन्सिल भएकोमा

नून पानीले बिहान बेलुका कुल्ला गर्ने र शिलाजीत (घोटेर) लगाउने गरेमा टन्सिल रोग ठिक हुँदै जान्छ ।

टी. वी. रोगमा

तात्ततै गाईको गहुँत प्रत्येक दिन बिहान १/१ मानाको दरले खाने गरेमा टी. वी. रोग निर्मूल हुन्छ ।

(गाई भने भर्खरकी न बच्चा, न त बूढी र स्वस्थ-निरोगी भएको हुनुपर्दछ) ।

बच्चाको टाउकोमा घाउ खटिरा आएमा

तामाको भाँडोमा एकमाना जति दही हालेर तीन दिन राख्ने र त्यही दहीले नुहाई दिए टाउकोको घाट खटिरा ठीक हुन्छ ।

पातलो दिशा लागेमा

प्याजको रसमा एक चिम्टी जति अफिम मिलाएर खाए पातलो दिशा ठीक हुन्छ ।

दैनिक प्रयोग हुनसक्ने केही औषधीहरू

मरीच -

संस्कृतमा मरीच, बेल्ज, कृष्ण, ऊषण र धर्मपत्तन, हिन्दीमा- मरीच, मिरच, गोलमरीच, कालीमिरच, दक्षिणी मरिच, गोलमिर्च, चोखा मिरच । बंगाली भाषामा मरीच, कन्नडमा - ओल्लेमेणसु, गुजरात मरि, मरितीखा, कालामरी, सिन्धिभाषामा गूलमिरीएँ, अरबीमा फिल्फिले अवीद, अंग्रेजीमा ब्लक पेपर । इत्यादि

मरीच अग्निदीपक, कफ तथा वायुनाशक, पित्तकारक, श्वास, शूल तथा कृमिरोग नाशक मानिन्छ । साथै सुगन्धित, उत्तेजक तथा पाचक पनि छ । यसको सेवनले पिशाव ज्यादा गराउँछ । सर्दी अवस्थामा चियाकासाथ वा चियामा राखेर खाने गर्नामा बूढा पुरानामानिसहरू मन पराउँदछन् । सुजाकको रोग भएमा यसको धूलोले विशेष लाभ गर्दछ । घिउको अपचमा मरिच लाभदायक हुन्छ । खोकीमा महर (विषमभाग) घिउका साथ सेवन गर्नाले ठीक गर्दछ । पुरानो रुघा आदिमा पनि गुड र दहीमा मिलाई सेवन गर्नाले आराम गर्दछ । उचित मात्राभन्दा ज्यादा भए पिशाव पोल्ने र वमन पनि गराउन सक्दछ ।

ज्वानो

हिन्दीमा अजवाइन, जवाइन । बं०-यमानी, यउयान, गु० - अजमा, यवान । ता० - अमन, फा० नानुखा, संस्कृतमा-यवानिका, उग्रगन्धा, ब्रह्मदर्भा, अजमोदिका, दीप्यका, दीप्या र अंग्रेजीमा - ती विशाप्स वीड । इत्यादि ।

ज्वानो- पाचक, रुचिकारक, पित्तवर्धक, तथा शुक्रशोषक

मानिएको छ । साथै उत्तेजक, कृमिनाशक, संक्रमण निरोधक, दुर्गन्धिनाशक, श्वास, कास नाश गर्नमा पनि प्रयोग गरिन्छ । यसको तेल पनि अनेक रोगमा लाभदायक मानिंदै आएको छ । पुरानो खोकीमा यसको प्रभावले कफ निकाली श्वास फेर्नमा सजिलो पार्दछ । अजीर्ण भएमा सिधेनून र ज्वानो मन्द आगोमा भुटेर पिसी छानेर शिसीमा राख्नु, आवश्यकतामा तातो पानीसँग सेवन गर्नाले लाभ गर्दछ ।

ज्वानोको अर्को विशेषता के छ भने यसले रक्सी खान छुटाउनमा धेरै सहयोग गर्दछ । जब रक्सि खान इच्छा हुन्छ, त्यसबखत ज्वानो चबाउनु ।

धनियाँ

संस्कृत - धान्यक, धानक, धान्य, धाना, धानेयक, कुनटी, धेनुका, छत्रा यी सबै धनियाँका पर्यायवाची शब्द हुन् । हिन्दी - धनियाँ, बं. - धने, कोथिबीर, गु० कोटमल्ली, फा०-कश्नीज, अंग्रजीमा-कोरिअण्डर फ्रुट ।

धनियाँ - पिशाव ज्यादा लगाउने, दीपक, पाचक, दाहशामक र तिखाँ मेटाउने यी यसका गुण हुन् । ज्वरादिमा धनियाँको दानालाई पानीमा पकाई ठण्डा बनाएर मह या मिश्री मिलाएर पिउने गर्नाले ज्वरादिको दाह शान्त हुन्छ । धनियाँ पकाएको चीसो पानीले आँखा धुने गर्नाले आँखाको तेज बढ्दछ । काँचो धनियाँ पिसेर शिरमा लगाउनाले टाउको दुखेको आराम गर्दछ । दिमागलाई शान्त बनाउनमा मद्दत गर्दछ । पुरानो घाउ, पिलो सुनिएको आदिमा धनियाँ पिसी जौको पिठोमा मिलाएर लगाउने गर्नाले आराम गर्दछ । मात्राभन्दा अधिक खाने गरेमा पुरुषको कामशक्ति नष्ट हुन्छ, स्त्रीले

खाने गरेको भए मासिक श्राव रोक्न सक्छ । दालचिनी या यह खाए उक्त विकृतिबाट बच्न सकिन्छ ।

सौंफ

हि. सौंफ, ब० - भौरी, पानभौरी, क०-बडी सोपु, सब्जसिंगे, तामिलसोहिकिरे, शोम्बु, अरबी - एजियानज, असलुल, राजियाज, अं० - फेब्रेल फ्रुट इत्यादि ।

सौंफ - सुगन्धी, दीपक, पाचक, दाहप्रशमन आदि यसका गुण हुन् । यसलाई पिसेर पानीकासाथ सेवन गरे पिशाव पोल्ने रोगबाट छुटकारा पाउन सकिन्छ । अर्थात् पिशावको जलन शान्त भै पिशाव खुलाउँछ । सुखा खाँसीमा चबाउनाले मात्र पनि केही विसेक हुन थालिहाल्छ । सौंफलाई पिसेर (छानेर) बिहान उठ्ने बित्तिकै पानीसँग मिश्री पनि मिलाई पिउनाले दिशा पिशाव खुलाउनुका साथै दिमाग तरो-ताजा राख्दछ । शीर दुख्ने रोगमा पनि लाभ गर्दछ । सुत्केरी स्त्रीलाई अन्य औषधीहरूका साथ यो (सौंफ) पनि मिलाई खुवाउनाले गर्भाशय शुद्ध हुनुका साथै शरीरमा तागत दिनमा लाभ गर्दछ ।

मेथी

हि० - मेथी, पं०, बं०, म०, गु०-मेथी, ता०- मेंटुलु, मेंति, फा० - तुलसीमलीत, अ० - बजुरुलहुल्बा, बजुरुलहल्बह, हुलबह, अं०-फेनुग्रीक, सं०- मेथिका, मेथिनी, मेथी, दीपनी, बहुपत्रिका, बोधिनी, बहुबीजा, जेयति, गन्ध फला, वल्ली, चन्द्रिका, मन्था, मिश्रपुष्पा, कैरवी, कुञ्जिका, बहुपर्णी आदि यसका पर्यायवाची नाम हुन् ।

मेथी वायु शमन गर्नेवाला, कफ निकाल्ने, ज्वरो नाश गर्ने, सुगन्धि, पाचक, बलवर्धक, वीर्यवर्धक, योनी सङ्कोचक, दूध बढाउने र मधुमेह नाश गर्नमा यसको विशेष गुण छ । मेथीको बीजको लड्डु बनाएर प्रसुताले खाने गरेमा धेरै किसिमका रोगहरू नाश गर्दछन् । साथै दिशा पिशाब खुलाउँछ । अजीर्ण, मन्दाग्नी, कामशक्तिको कमजोरी आदिमा पनि यसले उत्तिकै लाभ गर्दछ । छाला कमलो र राम्रो बनाउन, कपाल झर्ने रोग, शरीरको कुनै भाग दुखेमा, श्वेतप्रदर आदिमा पनि अनुपान मिलाएर प्रयोग गरेमा निकै लाभ गर्दछ ।

जेठिमधु

सं० - यष्टिमधु, क्लीतनक, हि० - मुलहठी, मुलेठी, मीठिलकडी, जेठिमध, ब० - यष्टिमधु, म० - जेष्टिमध, गु० - जेठीमध, ते० - यष्टिमधुकम्, ता० - अतिमधुरं, अ० - असलुसूस, अं० - लिकोरिस रूट इत्यादि ।

जेठिमधुमा निम्न गुण भएको पाइन्छ - आँखाको लागि हितकर, बल, वीर्य बढाउने, शरीर सुन्दर बनाउनमा प्रयोग गरिने, कपालको (शिरको) लागि हितकर, स्वर बसेको, घाँटी खस्खसाउने, कुनै कारणवश सानो (मसिनो) स्वर हुने, वात, कफ आदि हटाउने, वमन, तीखा र क्षयरोग नाश गर्नमा यो औषधी लाभदायक छ । पिशाब पोल्ने रोगहुनेहरूका लागि जेठिमधु खूब मसिनो गरी पिसी कपडछान गरी पानीमा भिजाउनु, बिहान उठ्नेबित्तिकै सनत्र पिउने गर्नाले अति नै लाभ गर्दछ । घाँटी बसेको, आवाज स्याउ स्याउ हुने वालाहरूले प्रतिदिन जेठीमधु चुसीरहने गर्नाले धेरै लाभ गर्दछ । यस अतिरिक्त अन्य रोगहरूमा पनि अनुपान मिलाएर सेवन गर्नु ।

बेसार

हि० हल्दी, हरदी, हलदी, बं०-हलुद, म०-हलद, गु०-हलदर, ता०मंजाल, फा०-जर्दबोब, अं० टर्मेरिक, सं० हरिद्रा, काञ्चनी, पीता, वरवर्णिनी, कृमिघ्नी, हल्दी, योषित्प्रीया र हडुविलासिनी । इत्यादि ।

बेसार उष्णादीर्य, कफ पित्त नाशक, प्रमेह, रक्तविकार, सुगन्धित, उत्तेजक, रक्तशोधक, वातहरण तथा विषघ्नका निमित्त उपयोगी छ । शरीरलाई सुन्दर बनाउन, घाउ आदिमा समेत उपयोगी छ । प्रमेहमा अमलाको रस, बेसार र महका साथ सेवन गर्नाले लाभ गर्दछ । श्वास, कासमा पनि अनुपान मिलाएर सेवन गर्नाले ठूलो लाभ गर्दछ । कुनै चोटपटक लागेमा काँचो बेसार पिसेर लगाउनाले ठिक गर्दछ । बेसार र तेल मिलाई शरीरमा घस्न गर्नाले शरीर चमकदार र कमलो बन्दछ । कसै कसैले काँचो बेसार पोली थिचेर चटनी पनि बनाउने गर्छन् ।

लसुन

हि० लहसुन, लसुन, बं० रसुन, म० लसूण, गु०लसण, अं० - गालिक, सं० लसुन, रसोन, उग्रगन्धा, महौषध, अरिष्ट, त्मेच्छकन्द, यवनेष्ट र रसोनक ।

लसुनको वर्णन यत्र तत्र भएको पाइन्छ । लसुनले धातु, वीर्य बढाउँदछ । पाचक, घाँटीलाई हित गर्ने, भाँचिएको हड्डी जोड्न सक्ने, पित्त र रगत बढाउने, शरीरको वर्ण सुन्दर गराउन सक्ने, हृदयरोग, जीर्णज्वर, अरुची, काँस, कुष्ठनाशक, कीरा, वायु, श्वास (दम), कफ नाशक छ । नित्य सेवन गर्ने गरेमा टी. बी. (क्षयरोग) रोग पनि नाश गर्ने भनिएको छ । वीर्य स्तम्भक यद्वा छिटो वीर्य स्खलन

हुनेवालाहरूले ४/५ ग्राम लसुनको रसमा मह मिलाई सेवन गर्ने गर्नाले चमत्कार देखाइदिने छ । यी अतिरिक्त यसका अन्य थुप्रै गुणहरू छन् । परन्तु धार्मिक ग्रन्थमा ब्राह्मणहरूका लागि (लहसुन, प्याज, च्याउ, छ्यापी गाजर आदि खानको लागि) राजसी एवं तामसी भएकोले अभक्ष्य बताइएको छ ।

प्याज

हि० - पियाज, प्याज, बं० - पेयाज, पं० - गण्डा, ता० - वेगयग, फा० - प्याज, ले० - एलियम, सिपा, अं० - ओनियन्, सं० - पलाण्डु, यवनेष्ट, दुर्गन्ध, पियाज । इत्यादि

प्याज - उत्तेजक, वीर्यवर्धक, बलवर्धक, कफ निकालनेवाला, मूत्रल (पिशाव ल्याउने), अग्नि बढाउने, वातादि रोग शामक मानिएको छ । यसको सेवनले कफ निकाली दूषित पित्त नाश गर्दछ । बच्चा एव बृद्धहरूको कफ बिग्रेमा-आउन नसेकोमा प्याजको रस र मह मिलाई खानु । वाजिकरणको लागि पनि यो उत्तिकै महौषध मानिएको छ । गिंजा सुन्निएको हुँदा नुनका साथ दल्लु । कान दुखेमा प्याजको रस मनतातो तताई (छानी) कानमा हाल्ने गर्नाले निको हुन्छ । आँखाको जालोमा प्याजको रस र मह मिलाई प्रयोग गर्नु ।

भाङ

हि० - भाँग, भंग, बं० - सिद्धि, म० पं० - भांग, सं०-भङ्गा, गङ्गा, मातुलानी, मादिनी, विजया र जया ।

भाङ र गाँजामा प्रायः एकेकै गुण हुन्छ, तर गाँजाको अपेक्षा भाङमा अझ केही विशेषता पाइन्छ । भाङले कफ हटाउँछ, पाचक,

पित्त बढाउने, उत्तेजक एवं निद्राकारक, शान्तिकारक, शुष्कावर्धक, योनीसंकोचक, मूत्रल (पिशाव खुलाउने, लगाउने) बल वीर्यवर्धक, बाजिकर छ । ठीक मात्रामा सेवन गरे धेरै धेरै लाभ गर्दछ । कुनै पनि काममा एकाग्रता ल्याउँछ, चित्तमा शान्ति बनाउँदछ, समयको त्यति ख्याल रहँदैन । मानौं समय बढा आनन्दले बितिरहेको जस्तो पारिदिन्छ । मीठो निंद लगाउँछ । थकाई भन्ने थाहा पाउन सकिंदैन । यसको चूर्ण बनाएर पानीमा पिसी योनीमा लगाउनाले योनी साँधुरो पार्दछ । अश्वगन्धा शतावरी, गोखुर आदिको चूर्णका साथ अलिकता (थोरै) (केराउको दाना जति) भाइको चूर्ण पनि मिलाई मिश्री या चिनी मिलाएको दूधसँग खाने गरेमा संभोगमा अपूर्व आनन्द प्राप्त गराइदिन्छ । (यो औषधी खाइ संभोग गर्नु छ भने औषधी खाएको ३०/३५ मिनेट पछि मात्र संभोग गर्नु), संसारका अरू कुनै पनि चीजहरू फिका लागेको जस्तो गराउँदछ । तर मात्राभन्दा अधिक सेवन गरे वमन, हृदयमा कम्पन, शीरदर्द, स्मरण शक्ति नाश, कुनै प्रकारको डर र बकबक् आदि बोल्ने गराउँछ ।

अश्वगन्ध

हि० - असगन्ध, अश्वगन्धा, नागोरी, बं० - अश्वगन्धा, असकन्द, गु० - आसन्ध, अं० - विंटरचेरी, सं० अश्वगन्धा, वाजिगन्धा । इत्यादि ।

अश्वगन्धा - तीतो, टर्रो, बलवर्धक र अत्यन्त वीर्यवर्धक, रसायन, वात, पित्त, कफनाशक तथा क्षयरोगनाशक मानिएको छ । यसको चूर्ण बच्चाहरूका लागि पनि पौष्टिक तत्त्वको रूपमा दिन सकिन्छ । स्त्रीहरूले सेवन गरेमा कट्टी दुख्ने, श्वेतप्रदर आदि रोग हटाउँछ । युवकहरूका लागि त महौषधि नै हो । वीर्य न हुनु वा पातलो हुनु आदि रोग निर्मूल पार्दछ । साथै संभोगमा वीर्य छिटो स्खलित

हुनेहरूले अश्वगन्धको चूर्ण लगातार केही महिनासम्म सेवन गरे जिन्दगीको मजा भरपूर लुट्न (लिन) सक्नेछन् । आफुले औषधी बनाउन झञ्झट लागे आयुर्वेद औषधालयहरूमा अश्वगन्धा चूर्ण नामले प्राप्त गर्नसकिन्छ ।

यसको वर्णन यस कागजको पत्रामा लेख्न अपूर्ण नै हुनेछ, जति मजा औषधीको सेवनबाट संभोगको पूर्ण आनन्द प्राप्त गरियोस् । यद्यपि - शि. भा. को मात्र २ श्लोक उदाहरणार्थ प्रस्तुत गरिन्छ-

मोतीभस्म बराबरी हित हुने यो अश्वगन्धादि हो
थोरै खर्च गरेर मोज मिलने भन्छु म हे भाइ हो ।
धातू पुष्ट हुनेछ बाजिकरणै हो एही हे सज्जन !
एति औषधि खाइ हेरि अइना आई मलाई भन ॥
धेरै स्त्रीसित भोग भैकन पनी इच्छा हुने हुन्छ यो
स्त्रीको संगम छाडि औषधि लिए बूढो जवानी भयो ।
चाऊरी पनि पार्दैन, रउँ ता फुल्दैन कत्ती त यो
जीउ पुष्ट हुने बहूत बढिया श्रीशार्ङ्गधर्मा छ यो ॥

इन्द्रेणी

हि० - इनारुन, इन्द्रायण, इन्द्रायन, बं० - राखालशा, म० - इन्द्रावण, कडुवृन्दावन, कडुइन्द्रायण, गु० - इन्द्रवरणा, इनद्रावणा, ता० - पेयवकूमड्री, पेटिकारी, फा० - खुरबुज एतल्व, अं० - कालोसिन्ध, सं० - ऐन्द्री, इन्द्रवारुणी, चित्रा, गवाक्षी, गवादनी, वारुणी इत्यादि । भावप्रकाशमा इन्द्रेणीलाई २ किसिमको बताइएको छ- सानो इन्द्रेणी र ठूलो इन्द्रेणी । जे होस् गुण उपयोगको दृष्टिले करीब करीब समान छ ।

इन्द्रेणी - स्वादमा तीतो, उष्णवीर्य, कफ, पित्त, प्लीहा, उदररोग,

श्वास, कास, कुष्ठ, घाउ, प्रमेह, मूढगर्भ (पेटभित्रै बच्चा भरेको),
गाँडरोग र विषनाशक मानिएको छ । साथै कब्जियत भएकोमा १
२ रत्ति सेवन गर्नाले ३/४ घण्टामा नै पानी जस्तो दिशा निकालिदिन्छ ।
यसले पिशाव पनि खुलाउँदछ, तर यसको लागि प्रयोग गर्ने गरेको
थाहा पाइएको छैन । गर्भपात गराउनमा पनि प्रयोग हुन्छ, तर यसमा
विषैलाभाग ०.६.१ ग्राम र घातक मात्रा ४ ग्राम जति हुन्छ भनेर
वनस्पति विशेषज्ञहरूको भनाइ छ र कुनै एक स्त्रीले गर्भपतन
गराउनका लागि ६० रत्तिको मात्रा गरी सेवन गरी, परन्तु गर्भको
बच्चा निकलनु भन्दा ३/४ घण्टा पहिले नै भित्रै उसको मृत्यु भयो
भनेर भावप्रकाश निघण्टुकारले उल्लेख गरेका छन् । इन्द्रेणी थुनिलो
भएकोमा पनि प्रयोग गरिन्छ । इन्द्रेणीको जरो छोटो थुनिलोमा
लगाउनाले कुनै पनि थुनिलो आराम हुन्छ ।

अपामार्ग

हि० - चिरचिरा, लटजीरा, चिचिरी, चिचडा, म० आ० घाडा,
ब० आपांग, गु० अघेडो, क० उत्तरणी, ते० अपामार्गमु, ता०
नायुरुचि, अं० दीप्रिल्की चफफलावर, सं० अपामार्ग, शिखरी,
अधः शल्यः, भयूरक, मर्कटी, दुर्ग्रहा, किणिही, खरमञ्जरी इत्यादि ।

अपामार्ग - उष्ण, तीक्ष्ण, कटु, दीपन, पाचक, पित्तविरेचक,
वमनकारक, कफ, विष, कीटाणुनाशक, अम्लतानाशक र मूत्र
विरेचक (खुलाउने) मानिएको छ । साथै शूल, जलोदर, अपच,
छालाको विकार, कुष्ठ एवं सर्पको विषनाशक पनि छ । अपच,
आमाशयको खराबी यद्वा पौडादिमा भोजन गर्नुभन्दा पहिले प्रयोग
गर्नु । मूत्रेन्द्रिय विकार एवं जलोदरमा मुलेठी जेठिमधु र गोखरुका
साथ प्रयोग गर्नु । पुरानो खोकी (कफ न निकलनेमा पिपला, घिउ
था महसँग प्रयोग गरेमा कफ पातलो भएर निकल्छ) ।

सर्पले, बिच्छि, मूषो या बौलाहा कुकूरले टोकेकोमा अपामार्गको मूल, पञ्चाङ्ग या बीजलाई पिसी पिसी टोकेको ठाउँमा लेप गरिदिने र अलिकता खुवाउने (खाने) पनि गर्नु । आँखाको फूलोमा यसको जरो धोई पखाली पिसी छानी महसँग मिलाई आँखामा लगाउनु । दाँत दुखेमा, गीँजा सुत्रिएकोमा दतिवन गर्ने गर्नु, अपामार्ग पकाई सो पानीले कुल्ला गर्नु । कान दुखेमा, बहिरोपनमा अपामार्ग पिसी छानी मनतातो गरी पकाई कानमा राख्नु । रक्तश्रावमा पनि उपरोक्त तरिकाले खान दिनु । अपमार्गको बीज (भित्रको चामल) दुधमा खीर पकाई घेठभर खानाले २०/२२ दिनसम्म भोकै लाग्दैन रे ! ।

तालमखाना

हि० - तालमखाना, बं० - कुलियाखारा, कुलेखाडा, गु० - एखरो, म० - तालीखाना, ता० - निरमुल्ली, सं० - कोकिलाक्ष, कोकेक्षु, इक्षुर, क्षुरक, क्षुर, भिक्षु, काण्डेक्षु, इक्षुगन्धा र इक्षुबालिका - इत्यादि ॥

तालमखाना - शीतल, मधुर, शुक्रशोधन, वात, आम, अश्मरी (पथरी), तृषा, दृष्टि रोग र वातरक्तको नाशक मानिएको छ साथै बल, वीर्य बढाउने र पिशाब खुलाउने समेत शक्तिको रूपमा लिइन्छ । यसको उपयोग जलोदर, मूत्रकृच्छ, कामला र जननेन्द्रिय विकारको लागि पनि प्रयोग गरिन्छ ।

माथिका प्रायः सबै रोगमा अनुपान भदेलै प्रयोग गर्नु, कास (खोकी)मा यसको पात प्रयोग गरिन्छ । सन्धि (जोर्नी आदि) दुखेमा पात पिसी लेप गर्नु । वाजिकरणको लागि काँच र मिश्री समेत मिलाई धारोष्ण दूधमा बिहान बेलुकी नित्य सेवन गर्नु ।

घ्यूकुमारी

हि० घीकुआँर, ग्वारपाठा, घीग्वार, ग्वारपाठी, बं० घृतकुमारी,

गु० कुँवार, ता० - कत्तालै, अ०-तसन्चार अलसी सं० कुमारी, गृहकन्या, कन्या, धृतकुमारी इत्यादि

गुण - दिशा खलाँस गराउन, शीतल, तीतो, आँखाको लागि हितकर, रसायन, बलवीर्यवर्धक, वात पित्तबर्द्धक, आगाले पोलेको, गर्मीले पिशाच पोल्ने, टाउको दुःखेको अदिमा प्रयोग गरिन्छ । पिशाच पोलेको र दिशा कब्जिग्रत हुने गरेको छ भने बिहान उठ्ने बित्तिकै घ्यूकुमारीका पातको बोक्रा फाली मिश्री र दही समेत मिलाएर सेवन गर्नाले फाइदा गर्दछ । दही, मिश्री न मिलेमा त्यत्तिकै ब्रै न राखीकन पनि प्रयोग गरे हुन्छ । मात्राभन्दा अधिक सेवन गर्नाले बमन गराउने र अमिलचुकी गराउँछ । पोलेमा गुदी लगाउनु राम्रोगर्छ शीतल गर्छ ।

शङ्खपुष्पी

हि० - शङ्खाहुली, शङ्खपुष्पी, सं०-शङ्खपुष्पी, शङ्खाहा, मङ्गल्य कुसुमा, इत्यादि ।

शङ्खपुष्पी बुद्धिदिनेवाला, बल, वीर्यवर्धक, मानसरोग-उन्माद, अनिद्रा, भ्रम एवं विषमनाशक प्रयोग गरिन्छ, यसको जरोको रस कब्जिग्रत तथा विष नाशको लागि दिइन्छ, मूत्रकृच्छ, शुक्रदौर्बल्य गर्भाशयदौर्बल्य, रक्तश्राव आदिमा पनि यसको पातको स्वरस दिने गर्दछन्, पागलपनमा विशेष लाभदायक छ । यसको सुकेको पातको धुप्रधानले पुरानो खोकी तथा दममा पनि प्रयोग गरे राम्रो गर्दछ ।

बजारमा यो औषधीको शंखपुष्पी (सिरफ) को नामले बिक्री हुन्छ ।

मौलसिरी

हि० - मौलसिरी, ब० - बकुल, म० बकुल, औबली, सं० - शिवमल्ली, पाशुपत, एकाशील, वक आदि ।

घात, कफ, पित्त, विष, योनिशूल, तृषा, दाह, कुष्ठ, रक्तविकारादि नाशक छ, सुकेको फूलको नश लिनाले शीरशूल नाश हुन्छ, यसको बोक्रा सेवनले वाजिकरण र दत्तिवन गर्नाले दाँत बलियो (मजबूत) हुन्छी

डुम्री

हि० - गुलर, गुल्फ, बं. - यज्ञ डुमुर, म० - उम्बर, गु० - उम्बरो, ऊमरहो, क० - अतिभर, सं० - उदुम्बर, जन्तुफल, यज्ञाङ्ग, रहेमदुग्धक इत्यादि ।

गुण - कफ, पित्त तथा रक्तविकार नाश गर्नेवाला, मधुर, शरीर-लाई राम्रो गराउन सक्ने, शीतल घाउको मासु भरनेवाला तथा पौष्टिकदायक छ । यसको बोक्रामा वीर्य स्तम्भन गर्ने क्षमता छ, पाकेको फल शीतल तथा स्तम्भक, रगत बनाउनेवाला शक्ति हुन्छ । सबै किसिमका रक्तपित्त, रक्तप्रदर, अत्यार्तव, आसन्न गर्भपात, रक्तप्रमेह आदिमा यसको फल तथा बोक्राको प्रयोग गरिन्छ ।

मधुमेहमा यसको फल या जराको रसदिनाले (सेवन गर्नाले) लाभ गर्दछ । आउँमा पनि जराको रस प्रयोग गरिन्छ । पौष्टिक तथा वाजिकरका लागि यसको फल र मिश्री बिहान बेलुकी दूध या तातो पानीसँग सेवन गर्नु ।

शिरीष

हि० - सिरस, सिरिस, बं० - शिरीषगाछ, म० - शिरस, चिचोला, गु० - सरसडो, काकीयो सरस, क० - वागेमर, सं० - शिरीष, मण्डिल, भण्डी, भण्डीर, कपीतन, शुक्रपुष्प, शुकतरु, मृदुपुष्प र शुकप्रीय - इत्यादि ।

गुण मधुर, तिक्त, कषाय रसयुक्त, केही गरम स्वभाव, खोकी, घाउ र विषनाशक हुन्छ । साथै वात, पित्त, कफनाशक, परम पौष्टिक, एवं बाजिकर मानिएको छ । शुक्रसाम्बन्धनको लागि फूलको प्रयोग गर्नु । वीर्य गाढा बनाउनको लागि बीज, मिश्री र दूधको सेवन गर्नु । बोक्राको चूर्ण र घिउको सेवन शरीर पुष्टि हुन्छ । बोक्रालाई थिच्थाच् पासी पानीमा पकाई सो पानीले कुल्ला गर्नाले दाँत बलियो हुन्छ । गण्डमाला (गाँड) मा यसको बिउ पिसेर लगाउने र केही खाने गर्नाले लाभ गर्दछ । राती आँखा न देख्ने (रतोंधो) रोगमा यसको पात पानीमा पकाई केही सेवन गर्ने र केही आँखा धुने गर्नु ।

रीठा

हि० रीठा, बं० रीठेगाछ, म० रीठा, मु० - अरीठा, ते० - कुंकुडु, अं० - सोपनट ट्री आफ नार्थ इन्डिया, सं० - अरिष्टक, मङ्गल्य, कृष्णवर्ण, अर्थसाधन, रक्तबीज, पीतफेन, फेनिल, रगर्भपातन इत्यादि

गुण - त्रिदोष, ग्रहबाधा हटाउने, विषघ्न, कफनाशक, वमन (उल्टी) गराउने, एवं वातरोगनाशक मानिएको छ । ज्यादा प्रयोग गर्नाले दिशा पातलो गराउने र वमन पनि छिटो गराउँदछ, कुनै कुनै रोगहरूमा वमन गराउनु पर्‍यो भने या विषसेवन गरेको अवस्थामा यसको प्रयोगले छिटो काम दिन्छ, अरू कुनै विषालु जीवले टोकेमा पनि यसको लेप गर्नाले राम्रो गर्दछ । यसको बीजले गर्भपतन गराउँदछ, अतः गर्भवती स्त्रीहरूले यसको प्रयोग गर्नु हुँदैन ।

पलाँश

हि० - ढाक, पलाश, परास, टेसु, बं० - पलाश गाछ, म० - पलस, गु० - खाखरो, ता० पलासु, अं० - द फरेष्ट प्लेम, सं०

पलाश, किंशुक, पर्ण, यज्ञिय, रक्तपुष्पक, क्षारश्रेष्ठ, वातपोथ, ब्रह्मवृक्ष तथा समिद्धर ।

गुण - टर्रो, कटु तथा तीतो रस, अग्निदीपक, वीर्यवर्धक, गरम प्रकृति, भौँच्यएको हड्डी जोड्न सक्ने, वातादि दोष, बवासीर, क्रिमी आदि नाशक मानिएको छ । कब्जियतमा बोक्रा सहितको बीज सेवन गर्नाले दिशा पातलो गराउँछ, पिशाव रोकिएमा फूलको पहेँलो भाग पिसी पियाइदिनाले लाभ गर्दछ, यसको फूलको भस्म बनाई स्त्रीहरूले सेवन गरेमा परिवार नियोजन हुन्छ । अरू पनि यसका धेरै लाभ छन् ।

सिमल

हि० - सेमर, सेमल, बं० - शिमुल गाछ, रक्ती सिमुल, म० - काँटे सांवर, गु० - सेमलो, सिमुली, ता० - शालवधु, मा० - शेमल, सरमलो, अं० - सिल्क काटनट्टी, सं० - शाल्मलि, मोचा, पिच्छला, पूरणा, रक्तपुष्पा, स्थिरायु, कण्टकाढ्या र तुलिनी इत्यादि

गुण - सिमल, मुसली - पुरुषहरूका लागि अति नै महत्त्वपूर्ण छ, यसमा - पौष्टिक, वीर्यवर्धक, झट्टै बुढापा आउन न दिने (वयः स्थापक) तत्त्व एवं उत्तेजक छ, । यसको १ तोला चूर्ण, १ तोला मिश्री, १० तोला जल या दूधसँग सेवन गर्नाले अपूर्व वाजिकरण छ । स्त्री-लम्पटिहरूले यसको नित्य सेवन गर्नु लाभदायक छ । कोमलफल पिशाव लगाउँछ तथा मूत्रकृच्छमा लाभदायक छ । जोर्नीहरू सुनिए दुःखेमा पात पिसेर लाउनु । डण्डीफोर आदिमा यसको काँडा पिसेर लगाउनाले लाभ गर्दछ ।

छतिवन

हि० छतिवन, सतौना, सतिवन, सतवन, बं० - छातिम, म० - सातवीण, गु० - सातवण, क० - हाले, ते० - एडाकुलरी, ता० -

एलिलैप्पालै, सं० सप्तपर्णी, विशालत्वक, शाजदा, विषमच्छद
इत्यादि ।

गुण - यसको बोक्रा तितो, पौष्टिक, टर्रो, स्तम्भक, कृमी नाशक,
दीपन एवं कुष्ठनाशक छ । यसको प्रयोग ज्वर, विषमज्वर, अतिसार,
प्रवाहिका एवं चर्मरोगमा पनि प्रयोग गरिन्छ । कुनै कुनै स्त्रीहरूले
यसको बोक्रा पिसी छानी सेवन गरेर २-३ महिनाको गर्भ गिराउनमा
पनि प्रयोग गर्दछन् ।

केरा

हि० - केला, कदली, केरा, बं० कोला, कला, केला, म०
केल, गु० - केला, ते० अरटि, ता० वालै, फा० मोज, मोझ,
अं०-प्लनटेन, बनाना, सं०- कदली वारणा, मोचा, अम्बुसारा तथा
अंशुमतिफला आदि ।

गुण - पाकेको केरा बलबर्धक, रक्तपित्तशामक, संग्राहक छ,
यसले रगत बढाउन मद्दत गर्दछ । मालभोगको पाकेको ३ कोसा
केराका साथ मनतातो मिश्री या चिनी मिलाएको दूध नित्य सेवन
गर्नाले दुब्लो मानिस मोटो हुन्छ भन्ने भनाइ छ । यसको काँचो फल
मधुमेहमा लाभदायक छ । केराको विशेष गुण 'मालभोग' जातको
केरामा नै छ ।

नरिवल

हि०-नारियल, नरियल, गरी, गिरी, बं०-नारिकेल, डाब,
फा०-जोज, नारगील, अ०-नाजिल, अं०-काकोनट, सं०-नारिकेल,
बृहफल, लाङ्गली, कूर्चशीर्षक, तुङ्ग, स्कन्धफल, तृणराज तथा
सदाफल इत्यादि ।

गुण—शीतल, दिलो पाच्य हुनेवाला, रसरक्तादि वर्धक, बलकारक, वात पित्त, रक्तविकार तथा दाहनाशक मानिएको छ, नरिवलको जल-स्वादिष्ट, शीतल, हृदयलाई हितकर, अग्निदीपक, वीर्यवर्धक तथा प्यास एवं पित्तनाशक मानिएको छ ।

यसबाट बनाइएको रक्स दाहनाशक, पिशाब लगाउने, बलवर्धक, निद्राकारक, वाजीकरण हुन्छ । यसको तेल शिर रोगको लागि राम्रो गर्दछ, कैलो कपाल कालो गराउँदछ, दिमाग स्वच्छ बनाउँछ ।

तरबूजा

हि०-तरबूज, तरबूजा, बं०-तरमूज, म०-कलिंगड, गु०-तडबूज, फा०-हिन्दबाना, हिन्ददानह, अं०-वाटरमेलन्, सं०-कालिन्द, कृष्णबीज, कालिङ्ग र सुबर्तुल इत्यादि ।

काँचो तरबूजाको गुण—शीतल, छिटो पाच्य न हुने, पित्त-नाशक, आँखाको ज्योति, शक्ति र वीर्यनाशक हुन्छ भने पाकेको तरबूजामा शीतल, पिशाब लगाउने, बल-वीर्यवर्धक, कफ, वात-नाशक यसमा गुण छन् ।

खरबूजा

हि०-खरबूज, खरबूजा, खर्बूजा, चिबुड, बं०-खरमूजा, गु०-तलियाशकरटेटी, तलियाभीमडा, ते०-खरबूज, क०-षडभुजा, फा०-खरपूजह, खरपुजा, अं०-मेलन्, सं०-दशाङ्गुल र खर्बूजा ।

गुण—अत्यन्त स्वादिष्ट, मूत्रजनन, बलकारक, दिशा सफा गर्ने, शीतल, वीर्यवर्धक, पित्त एवं वायु नाशक र मूत्रकृच्छमा लाभदायक मानिएको छ । यो सेवन गरेको करीब एक घण्टासम्म पानी पिउन हुन्न भन्ने जुदा पुरानाहरूको भनाइ छ ।

काँक्रो

हि० खीरा, वालमखीरा, बं०-क्षीरा, शशा, म० तौसे, क०-तसेथकायि, गु०-तासली, फा०-शियारखुर्द, खयार, वावरङ्ग, अं०-व्यकुम्बर. सं०-त्रपुस, कण्टकिफल, सुधावास र सुशीतल इत्यादि ।

काँक्रोको नयाँ फल स्वादिष्ट, शीतल एवं प्यास, क्लान्ति, दाह तथा पित्तनाशक हुन्छ, साथै रक्तपित्त पनि नाश गर्दछ ।

पाकेको काँक्रोले पित्तकारक, कफ, वातनाशक एवं अभिला हुन्छ । यसको बीजले मूत्रकारक, पित्त, रक्तविकार तथा मूत्रकृच्छ नाश गर्दछ ।

सुपारी

हि०- सुपारी, सोपारी, सुपाडी, कसेली, बं०-शुपारी, सुपारी, म०- सुपारी, पोफल, गु०- सोपारी, ता० कमुगु, क०-कडि, अडिके, ते०- पोका, फा०- पोफिल, अं०-वेटल् नट् पाम, सं०-घोरण्ट, पूगी, पूग, गुवाक र क्रमुक इत्यादि ।

गुण- शीत, रुक्ष, टर्पो, मुखशुद्धिकर, वीर्यवर्धक एवं किटाणुनाशक मानिएको छ । काँचो (ताजो) सुपारी मादक एवं चक्कर लगाउने हुन्छ र वात नाडीलाई बल प्रदान गर्ने, रज प्रवर्तक हुन्छ । यो चबाउनाले उत्तेजना हुन्छ, मन प्रसन्न रहन्छ, यसको उपयोग अतिसार, कृमि तथा मूत्र विकारमा पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ । सुपारी जलाएर यसको धूलो (चूर्ण) मञ्जन गर्नाले दाँत बलिया हुन्छन् । रक्तमिश्रित आउँ प्रासीमा सुपारी पिसेर दिनाले (सेवन गर्नाले) ठीक गर्दछ । खाना खाएपछि नित्य १ टुक्का सेवन गर्नाले भोजन पाच्य गराउँछ । परन्तु खाली पेट खानाले हानी गर्दछ भन्ने धेरैको भनाइ छ ।

सधैँभर सेवन गर्नाले क्यान्सर हुने संभावना हुन्छ भनेर भावप्रकाशका टीकाकारले व्यक्त गरेका छन् ।

कुचिला

हि०- कुचला, कुचिला, बं० कुचिला, म० काजरा, गु०- झेर कोंचला, क०- कंजि, हेमुष्टि, कासर, ते०- मुसिडे, ता०- एट्टेमारं, काकोठी, फा०- कुचूला, फुलूसंमाही, इजराकी, अं०-पाइजन नट ट्री, नक्स-वोमिका टी, सं०- तिन्दुक, जलद, दीर्घपत्रक, कुपील, कुलक, काकतिन्दुक, काकपीलुक, काकेन्दु, विषदिन्दुरमर्कटतिन्दुक इत्यादि ।

गुण- यो कटु, तिक्त, उष्ण, दीपन, पाचन, उत्तेजक, बल-वर्धक एवं बाजिकरण गर्दछ, । साथै कफ, पित्त, वातरोगनाशक, अत्यन्त व्यथा नष्टकारक र हृदयको दुर्बलतामा पनि लाभदायक छ ।

यसको चूर्ण पानीकासाथ सेवन गर्नाले भोक जगाउँछ । बच्चाहरूले ओछ्यानमा पिसाव गरेमा पनि यसको सेवनले ठीक गर्दछ । हस्तमैथुन, अतिमैथुनको नपुंसकतामा पनि यसले केही ठीक गर्दछ, बाजिकरणको लागि कुचला, लौह भस्म एवं मरिच मिलाएर सेवन गर्नु । शीघ्रपतनमा पनि यसले कृत्रिम लाभ गर्दछ ।

चेतावनि-यो विषैला चीज हो, मात्राभन्दा अधिक सेवन गरेमा रोगीको मृत्युतक हुन सक्छ । यस्तो परिहालेमा कुनै तरहले वमन गराएर अन्य कुनै औषधि पनि दिनु पर्दछ । सम्भव भएसम्म ४० वर्ष-भन्दा कम उमेरकोले यो औषधी प्रयोग न गर्नु बढिया हुनेछ ।

पानीअमला

हि० पानी आमला, पानी आंवाड, बं०- पानिआमला, म०-

पान आंवला, तांबर । गु० तालिसपत्र, अं० पनियाला प्लम, सं०-
प्राचीनामलक तथा पानीयामलक ।

गुण- त्रिदोष तथा ज्वर नाशक, वमननाशक, दन्तशूल तथा गीँजा
दुःखेमा, गीँजाबाट रगत आएमा यसको पात र फल पिसेर छात्रु र
सो पानीले कुल्ला गर्नाले आराम गर्दछ । यो माटोभिन्न फल्दछ, यो
फल खानाले तिर्षा भेटाउँछ, भोक अन्नर जगाउँछ पनि ।

अनार

हि०- अनार, दाडिम, बं०- दाडिम, डालिम गाछ, म०- डालिम्ब,
गु०- दाडिम, कु०- दालिम्ब, ते०- दालिम्बकाया, ता०- मादलै,
मडलै, मडलम, अं० पोमेग्रेनेट्, सं०- दाडिम, करक, दन्तबीज र
लोहितपुष्पक आदि ।

गुण- अग्निदीपक, रुचिजनक, छिटो पाच्य हुने, केही पित्तकारक,
मीठो, रक्तशोधक र शीतल हुन्छ । यसको बोकाले कीटाणुनाश
गर्दछ । यसको बोक्रा पिसेर पानीमा पकाएर सेवन गर्नाले अतिसार
र संग्रहणीमा पनि लाभ गर्दछ । स्त्रीको स्तन लत्रेमा यसको बोक्रा
खूब मैदा गरी पिसेर स्तनमा लगाउनाले स्तन सुन्दर तथा साहरो हुन्छ
भन्ने ग्रन्थान्तरमा उल्लिखित छ ।

बदाम

हि० बादाम, बदाम, बं० बादाम, म०- बदाम, गु०- बदाम,
ते०- बदाम, ता०- बडुमै, फा०- बदाम, अं०- आलमण्ड (Almond),
सं०- वाताद, वातवैरी, नेत्रोपमफल इत्यादि ।

गुण- मधुर, वीर्यवर्धक, कफ पित्तकारक, छिटो पाच्य हुने,
बलवर्धक, वातनाशक एवं उत्तेजक मानिएको छ । बदाम रातभर

पानीमा भिजाएर भोलिपल्ट केहीबेर पकाएर सेवन गर्नाले श्वास एवं मूत्रसम्बन्धी रोगमा लाभ गर्दछ, साथै मधुमेह र स्त्रीहरूको कट्टि दुख्ने, श्वेतप्रदरमा पनि लाभदायक हुन्छ ।

कागती

हि०- नींबू, कागजी निंबु, बं०- कागदी लेंबु, पति लेंबु, म०- लिंबु, गु० लींबु, कागदी लीम्बु, ता०- एलिमिच्चै, क० लिम्बे, ते०- निम्म पंडु, अं०- लाइम् (Lime), लेमन, सं०- निम्बू, निम्बुक, निम्बूक इत्यादि ।

गुण - अमिलो, अग्निदीपक, पाचक, छिटो हजम हुने, वात-नाशक, कीटाणुनाशक, उदरपीडा, ग्रह बाधा नाश गर्ने, वात, पित्त, कफ र शूल रोगनाशक, अजीर्णमा लाभदायक छ । रक्तपित्त, ज्वर, अतिसार, वमन र पित्तको विकृतिमा रस दिइन्छ । यसका अरू पनि धेरै धेरै लाभ छन् । समयभावले सबै योग- औषधी विवरण दिन सकिएन । परन्तु जाने बुझ्नेकाले यसको अनेक उपयोगमा ल्याउँदै गरिआएका नै छन् ।

अमिली

हि०- इमली, बं०- तेंतुल, म०- चिञ्च, क०-हुणिसे, गु०- आंवली, ते०- चिंत, ता०- पुलि, फा०- तिमिर हिन्दी, अं०- टेमरिड ट्री, सं०- अम्लिका, चुक्रिका, अम्ली, चुक्रा, दन्तशठा, अम्ला, चिञ्चिका, चिञ्चा, तित्तिडीका र तित्तिडी इत्यादि ।

इमली (अमिली) को रुख प्रायः सर्वत्र नै पाइन्छ र यसको रुख ठूलो हुन्छ ।

गुण- तिर्खानाशक, रोचक, सौम्य, विरेचक हुन्छ । ज्वर एवं

दाहमा अनुपान भेदले दिनाले ठीक गर्दछ । मन्दाग्नीमा यसको सुकेको फलको बोक्रा या फल डढाई भस्म पारी दिइन्छ । सुजाकमा यसै प्रकारले प्रयोग गर्न सकिन्छ । घाउमा यसको पात पिसेर लाउनु । प्रमेहमा पनि यसले ठीक गर्दछ । वीर्यस्तम्भनको लागि यसको निकै ठूलो योगदान रहेको पाइन्छ, यसको बीजलाई भिजाउनु, ३-४ दिन पछि झिकेर बोक्रा प्याँकी पिसी गुड मिलाएर संभोग गर्नु भन्दा १ डेड घन्टा पहिले सेवन गर्नु । अती नै राम्रो गर्दछ ।

लौह भस्म

लौहलाई संशोधन भस्म गरेर प्रयोगमा ल्याउन झब्झट होला, परन्तु जहिले पनि संशोधन गरेर मात्र यसको सेवन गर्नुपर्दछ । आयुर्वेद औषधालयहरूमा यसको संशोधित भस्म उपलब्ध हुन्छ—जसमा लौह भस्म साधारण, शतपुटी, सहस्रपुटिरकान्तलौह नामले कहिन्छन् ।

गुण— तिक्त, मधुर, कषाययुक्त, सारक, शीतल, उष्ण, गुरु, रक्ष, आयु स्थिर राख्ने, आँखाको लागि हितकर, कफ, पित्त, शूलशोध, अशं, प्लीहा, पिलिया, प्रमेह, कीटाणु तथा कुष्ठ नाश गर्दछ । साथै बल, वीर्य बढाई बाजिकरण समेत गर्दछ । यसको जति वर्णन छ; अझ त्यो भन्दा ज्यादा संशोधन न गरिएको लौह भस्मले हानि गर्दछ । लौह भस्म सेवन गर्ने व्यक्तिले कुभिण्डो, तिलको तेल, मासको दाल, मदिरा, अभिलो हुने कुनै पनि पदार्थ सेवन गर्नुहुँदैन, अन्य समयको अपेक्षा जाडोका समयमा सेवन विशेष लाभदायक छ ।

वर्णनमा आएका अन्य कैयौँ भस्महरू छन्, ती सब नाम उल्लेख गर्न मात्र पनि समय लाग्ने हुनाले केही संक्षिप्त जानकारी मात्र दिने छौँ ।

स्वर्ण भस्म, स्वर्ण माक्षिक भस्म, ताम्र भस्म, काँस्य भस्म, हिंगुल अम्रक, मैनसिल, हरिताल, इत्यादि अनेक भस्म-नाम छन् यिनका वर्णन हामी अर्को भागमा उल्लेख गर्ने छौं । यसमध्ये काँचो सिन्दूर, अन्य रोगमा अलावा हड्डी टुटे फुटेमा र रोगी मर्म परी लोटेको छ भने काँचो सिम्रिक रोगीलाई दिन्छन् ।

अर्को धातु छ- पारद, संस्कृतमा यसलाई पारद, रसधातु, रसेन्द्र, महारस, चपल, शिववीर्य, रस, सूत आदि र शिवजीका नामवाचक सबै शब्दहरू जस्तै-शिव, रुद्र, हर, धूर्जटि आदि भनिन्छ ।

गुण- मधुर, अम्ल, लवट, कटु, कषाय, तिक्त आदि षडरसले युक्त, त्रिदोषनाशक, महारसायन, योगवाही, अत्यन्त वीर्यवर्धक, आँखाको ज्योतिलाई शक्ति दिने, कुष्ठ र सम्पूर्ण रोगहरू नाश गर्ने यसका गुण रहेका छन् ।

संशोधन नगरेको पारद (पारा) ले ठूलो हानि पुऱ्याउँछ । संशोधन नगरेको पारद काममा ल्याउनु नै हुँदैन । पारद बडो अचम्पको हुन्छ, एउटा उपमा दिँदा कर्कलाको पानी सरह हुन्छ भने पनि केही अत्युक्ति नहोला, वचनदार हुन्छ, अन्य औषधीका साथ प्रयोग गरेमा लिङ्गवर्धक छ ।

फिटकिरी

हि० फटकिरी, फिटकिरी, सं०- स्फटी, स्फटिका, श्वेता, शुभ्रा, रङ्गदा, दृढरङ्गा, रङ्गदृढा, रङ्गाङ्गा, इत्यादि ।

गुण- कषाय रसयुक्त, उष्ण, योनीमार्ग संकोचनकारक, वात, पित्त, कफनाशक, घाउ, श्वेतकुष्ठनाशक र पानी शुद्धि-कारक भनिएको छ ।

स्वाग (सुहाग)

स-साना बालकलाई अपथ्य (तुस परेकोभन्दछन्) भएमा कुनै भाँडामा तताएर 'स्वाग' फुराई दुधमा फेटी ख्वाउनाले आराम हुन्छ, अरूलाई पनि फाइदा गर्न सक्छ ।

गन्धक

कटु, तिक्त, कषाय रस युक्त, उष्णवीर्य, पित्तजनक, रसायन, कृमि, कुष्ठ, चिलचिल्याहट, क्षय, प्लीहा, कफ, वातनाशक हुन्छ ।

लुतो आदि खटिरा-पटिरा र कुष्ठ भएमा गन्धक पिसेर लगाउनाले आराम गर्दछ ।

माष

हि० उडद, उडिद, उरद, उरिद, उदी, ब०- माष कलाय, म०- उडीद, वा०- उलुंडु, गु०- अडद, क०- उडु, ते०- उड्टुलु, फा०- माष, अं०- ब्याक ग्राम् ।

गुण- रुचिकारक, वातनाशक, बलकारक, वीर्यवर्धक, अत्यन्त रस रक्तादि वर्धक, दुग्धवर्धक, भेद, कफ, पित्तवर्धक, छ ।

कुनै हड्डिमा चोट पटक लागेर निद्रा आइरहेको छैन भने यसको जड पिसेर सोको रस दिइन्छ ।

मास, दही, भेन्टा आदिले कफ र पित्त बढाउने गर्दछन् ।

जो पुरुष स्त्रीमा लम्पट छ र उसलाई कमजोरी छ भने मासलाई पिसी, धूलोलाई घिउमा पकाई पुनः दुधमा पकाउनु, उसमा मिश्री या चीनि पनि हाल्नु, यसरी पकाएर तयार भएपछि निस्ता पेटमा नित्य दुवै टायम १ मुठीका दरले खाएमा गएको शक्ति पुनः आउँछ,

संभोगका समयमा कमजोरी आउन दिँदैन, शरीर हृष्टपुष्ट हुन्छ । यस हलुकाका साथ अरु पनि वीर्यवर्धक औषधी खान्छ भने त संभोग न गरे बिना रहनै सक्दैन भनेर अन्य आयुर्वेद ग्रन्थहरूमा समेत उल्लिखित छ ।

तिल

हि०- तिल, तील, तिली, बं०- तिलशाछ, म०- तील, गु०- तल, क०- तेल्लेल्लु, ते०- नुब्बुलु, ता०- एल्लु, फा०- कुंजद, अं०- जिंजेल्ली, सीसेम, सं०- तिल ।

गुण- मधुर, तिक्त, कषाय-घ्नो रसगुण, स्वादिष्ट, छिटो पाच्य न हुने, उष्ण, कफ तथा पित्त नाशक, बलकारक, कपालको लागि शीतल एवं लामो र कालो गराउने, दिमाग ठण्डा गराउने, छालाको लागि हित, दूध बढाउने, दाँतसम्बन्धी पीडानाशक, मूत्रकारक, वातनाशक, जठराग्नि तथा बुद्धि बढाउने हुन्छ, सेतो तिलको अपेक्षा कालो तिल अधिक गुणकारी र वीर्यवर्धक एवं वाजिकरण गर्दछ ।

अनार्तवमा तिल भिजाएर सिलौटामा पिसी सेवन गर्नाले, कमर दुःखे, रजस्वलाकाबखत कष्ट हुने र १ २ महिनाको कच्चा गर्भ गिराउने पनि सक्छ, गर्भवती महिलाहरूले सेवन गर्नुहुँदैन ।

कोदो

हि०- कोदो धान, कोदव, कोदो, बं०- कोदो आधान, म०- कोद्र, हेरिक्, कोद्रु, गु०-कोदरा, क०- हारक, ते०- अरिकेलु, ता०- वरगु, अं०- केद्रु, फा०- कोदिरम, सं०- कोद्रव र कोरदूष इत्यादि ।

गुण- वायुकारक, पित्त तथा कफनाशक छ । जसलाई मधुमेह अर्थात् पिशाबबाट मह चट्टा चीनि आउने गर्दछ, उनीहरूले नित्य

चामल (भात) को साटो कोदो पकाएर खांनाले अत्यन्त हित गर्दछ ।
भन्नाको मतलब भन्धुमेह हुनेवालाहरूले कोदोको भोजन नै अतीव
लाभदायक हुन्छ ।

बथुवा (बेथे)

हि०- बथुवा, बथुया, चिल्लीशाक, बं०- बेतुया, बेतोशाक,
म०- चाकवत, चकवत, गु०-टाँको, वथवो, चीलो, ता०- परुपुकिरै,
सं० वास्तूक, वास्तुक, क्षारपत्र र शाकसट् इत्यादि ।

गुण— स्वादिष्ट, अग्निदीपक, पाचक, रुचिकारक, लघु (छिटो
पाच्य हुने), शुक्र तथा बल बढाउने, रक्तपित्त, बवासीर, कृमि तथा
त्रिदोषनाशक हुन्छ । कतै आगाले पोल्थ्यो भने यसको साग पिसेर लेप
गर्नाले दाह शान्त हुन्छ । सर्दी जुकाम (रुखा) लागेको वेलामा न
खानु ।

कुभिण्डो

हि० पेठा, भूरा कुम्हडा, भतुआ, रकसा कोहडा, बं०-कुमडा, म०-
कोहला, गु०- भुरं कोहलुं, क० दार कोहोला, ता० पुशनीकै, ते०
गुम्मडि, अं०-द अश गोर्ड, सं०- कूष्माण्ड, पुष्पफल, पीतपुष्प र
वृहत्फल आदि ।

गुण— यसको फल मूत्रजनन, पित्तशामक, रक्तपित्त प्रशमन एवं
रगतवर्धक मानिएको छ । अझ विशेष गरेर आन्तरिक रक्तश्राव,
पागलपन, अपस्मार, मूत्रकृच्छ, तृष्णा एवं प्रमेह रोग नाशको लागि
प्रयोग गरिन्छ, राजयक्ष्मा (टी.बी.) मा पनि यसले लाभ गर्दछ, साथै
बल, वीर्यवर्धक पनि भएकोले उचित मात्रामा सेवन गर्नाले सब
किसिमको कमजोरीमा दिन सकिन्छ ।

काकडी

यसको ठोस-मुख्य अर्थ नेपालीमा थाहा छैन तापनि हिन्दी भाषामा यसलाई- ककड़ी, बं० कांकुर, म० कांकड़ी, क० सौते, ते० दोसकामा, ता०-वेल्लरिबकै, फा०- ख्यार जाब, ख्यार दराल, अं० स्नेक् कुकुम्बर, सं०- एब्रारु र कर्कटी आदि । यसको फल-चिचिण्डा जस्तै हुन्छ, काँचै पनि खाइन्छ ।

गुण- मूत्रकृच्छ, मूत्राधातमा विशेष प्रयोग हुन्छ, कफ निकाल्नु परेमा पात पोलेर खसनी बनाई सेवन गर्नु ।

चिचिण्डा

हि०- चचेडा, चिचिंडा, चिचेडा, बं०- चिचिंगा, म०- पडवल, गु०- पंडोलुं, अं०-स्नेकगोर्ड, सं०- चिचिण्ड, श्वेतराजि, सुदीर्घ, गृहकूलक आदि ।

गुण- वात, पित्तनाशक, बलदायक, पथ्य, रुचिकारक हुन्छ, क्षयरोगीको लागि अत्यन्त हितकर बताइएको छ ।

करेला

हि०- करेला, करैला, करइला, करेली, बं० करोला, बडा मसिया, डच्छे, म०- कारलें, कारली, गु० कारेला, करेलुं, क० हागल, ते० काकर, ता०- पागल, फा०- कारेलाई, अं०- करिल्ला फूट्, विटर गोर्ड सं०- कारवेल्न एवं कठिल्ल आदि ।

गुण- यसको फल पित्तशामक, कृमिघ्न एवं मूत्रजनन हुन्छ । कोमल पात वामक (बमन गराउन सक्छ) र मधुमेहका रोगीहरूलाई लाभदायक पनि छ । यकृत, प्लीहावृद्धि, जलोदर, विषमज्वरमा यसको पातको रस दिनु । पित्त प्रकोप भएमा पातको रस दिनाले

वमन भई ठीक गर्दछ । आमवात, वातरक्तमा यसको फलको तरकारी पकाएर दिन सकिन्छ । यसको जरालाई पिसेर कपडछान गरी मन्द अग्निमा पकाउनु, जब गाढा होइजान्छ तब पिउनाले गर्भ गिर्न पनि सक्छ । सन्तान चाहने महिलाहरूले सेवन गर्नु हुँदैन ।

परबल

हि०-परवर, परवल, पलवल, परोर, परोस, बं०-पटोल, पलता, म०-परवल, क० पडवल, ता०-पुडलै, ते०-पोटल, आडर, गु०-पटोल, सं०-पटोलिका इत्यादि ।

गुण— त्रिदोषनाशक, परवरको पात पित्तनाशक, अर्थात् पित्त न बढाउने, खल, वीर्यवर्धक, ज्वरनाशक हुन्छ । साथै पिलीया, उदर रोग, रक्तविकार, कुष्ठ, जीर्ण ज्वर एवं दाहमा लाभदायक छ ।

कुन्दुर (कुँडुनी)

हि०-कन्दुरी, कुनली, कुनरी, कुन्दरी, कुन्दुरु, बं०-तेला कुचा, म० तोंडली, गु०-घोला, घोली, ठिंडौरा, क०-तोंडे, ता०-कोवै, ते०-दोंडातिगे, अं० आइवी गोर्ड, सं० विम्बी, रक्तफला, तुण्डी, तुण्डीकेरी, विम्बिका, ओष्ठोपमफला, र पोलुपर्णी आदि ।

यसको फल गोलकाँक्री यद्वा परवल जस्तै जस्तै हुन्छ, काँचोमा काँक्रोको जस्तो स्वाद र पाकेको अमिलो हुन्छ । चाणक्यनीतिमा यसलाई 'सद्यबुद्धिहरो तुण्डी' अर्थात् तुण्डी (कुडुर) ले छिटो बुद्धि लोप गराउँदछ भन्ने उल्लिखित पनि छ ।

गुण— स्वादिष्ट, शीतल, गुरु, स्तम्भक एवं पित्त, रक्तविकार तथा वात रोग नाश गर्नमा केही महत्तमिल्नेछ । साथै मधुमेह, सुजाक, प्रदर, काँस आदिमा यसले विशेष लाभ गर्नेछ ।

मूला

हि० मूली, मुरई, बं० - मुला, गु० - मूला, कु० - मुलङ्गी, ता० - मुलंगी, ते० - मुलङ्गि, फा० - तुख, तुर्व, अं० - रडिश, सं० - लघुमूलक, शालामर्कटक, विस्त्र, शालेय, मरुसंभव, चाणक्यमूलक, तीक्ष्ण र मूल कपोतिका आदि ।

गुण - रचिकारक, लघु, पाचक, त्रिदोषनाशक, कण्ठस्वर उत्तम गर्ने एवं च्छर, श्वास, नाक, कण्ठकालागि, हितकर आँखाको ज्योति - शक्ति वृद्धि गर्ने मानिएको छ । मूला काँचै खानाले त्रिदोषकारक, पकाएर खानाले त्रिदोषहर हुन्छ । यसको पात पिसेर खानाले पिशाब खुलाउँछ ।

यसको बीज कफ निकाल्ने, पाचक बनाउने, मासिक धर्मको कष्ट आदिमा प्रयोग गरिन्छ । कसै कसैले त दुब्रीमा ठीक गर्दछ भने र बीज पिसेर लगाउने पनि गर्दछन् ।

गाजर

हि०, म०, बं० - गाजर, क० - गर्जरि, तै०, ता० - गाजार, फा० - जर्दक, अ० - जजर, अं० - करट् (Ca rot), सं० - गूज्जन, गाजर, नारङ्गवर्णक इत्यादि ।

गुण - मूत्रजनन (पिशाब लगाउने), अत्यन्त बल्य एवं पोषक छ । यसमा भिटामिन 'ए' पर्याप्त रूपमा पाइन्छ । यसको बीज सुगन्धि, मूत्रजनन एवं गर्भाशय उत्तेजक मानिएको छ । पहेँलो रोग - (जण्डिस) मा क्वाथ बनाई खानाले लाभ गर्दछ । पोलेको घाउ आदिमा गाजर पिसेर अलि अलि तताएर लेप गराउनु । प्रसवका समय को पीडामा गाजरको बीज पिसेर सेवन गराउनु ।

अर्को विशेषता गाजरलाई कोरेसोमा कोरेर, यथासम्भव २ ३ माना दूध तताई राख्नु, अनि यो कोरेको गाजर त्यही दूधमा राखी मन्द मन्द अग्निमा पकाउनु अनि जब दूध सुक्न थाल्दछ तब (सकिन्छ भने, मूलसीपाक, अश्वगन्धा चूर्ण, शतावर्यादि चूर्ण, धातुपौष्टिक चूर्ण, लौह भस्म या ताम्र भस्म या बंग या त्रिवंगभस्म र मन्मथरस अनुपान अनुसार त्यसैमा हाल्नु । अनि) मीश्री या चीनि पनि मधुरो गुलियो आउने किसिमसँग राखी पानीको भाग अर्थात् दूध जति सबै सुकाउनु, सम्भव हुन्न भने उपरोक्त औषधी न राखीकन पकाए पनि हुन्छ, जब दूध सुकिगयो भने जति सकिन्छ ताजा घिठ पनि राखी एकछिन पकाई उतारी राख्नु । अनि बिहान बेलुको ३ ३ चम्बाका दरले निस्ता पेटसँग सेवन गर्नाले मद्दोन्नत गराउँछ । घोडाका सरह रतिशक्ति वृद्धि गराउँछ, वीर्य सागर (समुद्र) सरह बढाइदिन्छ, चेहरामा लालि आउँछ । यसको वयान यस कागजको टुक्कामा गर्नु असंभव छ । ल! अैले एकक्षण पछि वा आज सकेको छैन भन्ने शब्द उसका पासमा रहनै पाउँदैन । परन्तु ध्यान राख्नु पर्ने कुरा यो छ कि जसले विवाह गरेको छैन यद्वा घरमा स्त्री छैनन् भने ती व्यक्तिले यो औषधि सेवन न गर्नु । किनभने यो औषधी नियमितसँग सेवन गर्ने व्यक्तिले संभोग (सैक्स) नगरिकन रहनै सक्दैन । जसबाट कुनै अप्रीय घटना न घटोस् भनेर संकेत गरिएको हो ।

औषधी सेवन काल जाडाका समयमा । औषधी सेवन कालका प्रभयमा पीरो अमिलो बिल्कुलै खानु हुँदैन । रक्सि, धूम्रपान पनि छोड्नु । ज्यादा नुनिलो न खानु ।

जिलेबी

हि० जलेबी, सं० कुण्डलिनी ।

गुण— पुष्टि, कान्तिकारक, बलवर्धक, धातु, वीर्यवर्धक, रुचिकारक र इन्द्रियलाई आनन्द दिने मानिएको छ ।

मोही

हि० महु, सं०— तक्रम् ।

गुण— रुचिकारक, अग्निदीपक, अत्यन्त पाचक एवं पेटसम्बन्धी सम्पूर्ण रोगनाशक तथा प्यास शान्त तृप्ति गर्ने हुन्छ ।

सर्वत

हि० सरबत । गुण शुक्रजनक, शीतल, बलकारक, रोचक, लघु, स्वादिष्ट, वात तथा पित्तनाशक, मूर्च्छा, वमन, प्यास, दाह र ज्वर शान्त गर्ने मानिएको छ । ज्वरोमा रोगीको प्रकृति र अवस्था विचार गरेर मात्र दिनु ।

दूध

सं० दुग्ध, क्षीर, पयः, स्तन्य, बालजीवन आदि ।

गुण—मधुर रसयुक्त, स्निग्ध, वात, पित्त नाश गर्नेवाला, छिटो वीर्य बढाउन सक्ने, रस रक्तादि वर्धक, बलकारक, बुद्धि बढाउनको लागि हितकर, अत्यन्त वाजिकरण, अवस्था स्थिर राख्न सक्ने, आयु बढाउन सक्ने एवं रसायन मानिएको छ ।

दूध पिउन योग्य व्यक्ति—जससँग विरेचन, वमन एवं वस्तिकर्मका प्रयोग गरेका छन्, उनीहरूका लागि दूध सेवनले ओजवर्धक हुन्छ । र जीर्णज्वर, मानसिक रोग, मूर्च्छा, भ्रम, पाण्डुरोग, दाह, तृषा, हृदयरोग, शूल, रक्तपित्त, अतिसार, योनिरोग, भ्रम, क्लान्ति, गर्भश्राव,

बालक, वृद्ध, क्षतक्षीण या भोको र मैथुनको दुर्बलतामा अत्यन्त हितकर हुन जानेछ । यस्तो ब्रह्मि मुनिहरूको भनाइ छ ।

गाईको दूध

गाईको दूध विशेष गरेर स्वाद, मधुर रस युक्त, शीतल, दुग्धवर्धक, वात, पित्त तथा रक्तविकार नाश गर्नेवाला, छिटो पाच्य न हुने एवं नित्य सेवन गर्ने व्यक्तिलाई वृद्धावस्थामा हुने रोगबाट बचाउँछ र विद्यार्थीहरूका लागि बुद्धिवर्धक हुन्छ ।

भैंसीको दूध

भैंसीको दूध-गाईको दूधभन्दा अधिक मधुर स्निग्ध, शुक्रकारक, गुरु, निद्रा लगाउने, कफवर्धक, भोक नष्ट गर्ने र शीतल हुन्छ ।

बारखीको दूध

ढाँडो, मधुर रस युक्त, शीतल, ग्राही, छिटो पाच्य हुने, रक्तपित्त, अतिसार, क्षय, खोकी, ज्वरो आदि सर्वरोगनाशक हुन्छ ।

भेडीको दूध

नुनिलो, मधुर रस युक्त, उष्ण, अश्मरीनाशक, हृदयको लागि अहितकर, तृप्तिकारक, कपालको लागि हितकर, शुक्र-पित्त-कफ उत्पन्न गर्नेवाला एवं छिटो पाच्य न हुने हुन्छ ।

घोडीको दूध

रुक्ष, उष्ण, बलकारक, शोष तथा वायु नाश गर्ने, अमिलो तथा नुनिलो रस युक्त, लघु एवं स्वादिष्ट हुन्छ ।

ऊँट (पोथी) को दूध

लघु, मधुर, लवण रसयुक्त, अग्निदीपक, सारक एवं कृमि, कुष्ठ, कफ, अफरा, उदरसम्बन्धी रोगहरू नाश गर्दछ ।

हात्ति (ढोई) को दूध

मधुर, केही कषाय रस युक्त, रस रक्तादि वर्धक, गुरु, वीर्य-वर्धक, बलकारक, शीतल, स्निग्ध, आँखाको लागि हितकर तथा शरीरलाई हृष्ट-पुष्ट गराउने गुण यसमा पाइन्छ ।

स्त्रीको दूध

समयमा छिटो पाच्य हुने, शीतल अग्निदीपक, वात, पित्त, नेत्रशूल आदि नाश गर्नेवाला, बच्चाहरूका लागि परमपौष्टिक हुन्छ ।

धारोष्ण दूध

गाईको धारोष्ण दूध- बलकारक, लघु, शीतल, अमृतको समान हितकर, अग्निदीपक, त्रिदोषनाशक कहिँएको छ ।

परन्तु दुहेको केही बेर पछि अर्थात् सेलाइ सकेको छ भने हानीकारक हुन्छ । पिनास, रुघा, खोकी आदि रोग निम्त्याउन कति बेर लाग्दैन ।

यस्तै प्रकारले भैंसीको दूधको पनि जान्नु ।

दूधको तर

गुरु, छिटो पाच्य न हुने, शीतल, वीर्यवर्धक, तृप्तिकारक, रस रक्तादि वर्धक, स्निग्ध, कफ कारक, शुक्राणु उत्पन्न गर्ने, पित्त-रक्ताविकार र वातनाशक हुन्छ ।

दूध पिउने समय

बिहानबाट १० बजेतक दूध पिउनाले वीर्य वर्धकरस रक्तादि वर्धक, अग्नि प्रदीप्त गर्ने हुन्छ, ज्यादा पिए भन्दाग्नि गर्न सक्छ । दिशा पातलो या त कब्जियत गराउँछ ।

मध्याह्नकालमा दूध सेवनले बलकारक, कफ तथा पित्त नाशक एवं अग्नि प्रदीप्त गर्ने हुन्छ, रात्रीको दुग्धपान हितकर हुन्छ ।

सुत्ने बेलामा मनतातो दूध पिउनाले शरीरमा आनन्द प्राप्त हुन्छ, काई मैदिन्छ, ताकत दिन्छ ।

मैथुनबाट निवृत्ति हुनासाथ मन तातो मिश्री मिलाएको दूध पिउनाले गएको शक्ति केही प्राप्त हुन्छ, शरीर कमजोर हुन पाउँदैन, थकावट दूर गर्दछ । यानि अतीव लाभ गर्दछ ।

निषेध- चीसो दूध, फाटेको, बासि, सत्त्वन भएको दूध पिउनाले अन्य रोगका साथै कुष्ठ समेत गराउन सक्छ । दूध र नून मिसाएर या मिसिने गरी खानुहुँदैन, यसबाट महामांस आदि डरलाग्दो रोग उत्पन्न हुनसक्छ । मोही, सरबत या आमिलो पदार्थ पनि दूध सेवनको समयमा त्याग्न पर्दछ । कसै कसैले त सब्जी भात खाए पछि खाँदैनन् । या त पहिले नै खान्छन् ।

दही

उष्ण, अग्निदीपक, स्निग्ध, केही कषाय रसयुक्त, अप्लरसयुक्त, ग्राही, पित्त, रक्तविकार, शोथ, मेद, कफ उत्पन्न गर्ने, मूत्रकृच्छ, रुघा, शीत विषमज्वर अतीसार, अरुचि र दुब्लोपनमा लाभदायक हुन्छ र वल, वीर्य पनि बढाउनेवाला हुन्छ ।

गाईको दही

विशेष गरेर मधुर तथा अम्ल रसयुक्त, रचिकारक पवित्र, अग्निदीपक, हृदयलाई हितकर, पुष्टिकारक र वातनाशक हुन्छ । अन्य दहीको अपेक्षा गाईको दही अधिक गुणकारी हुन्छ ।

भैंसीको दही

अत्यन्त स्निग्ध, कफजनक, वात तथा पित्तनाशक, वीर्य-वर्धक, छिटो पाच्य न हुने एवं रक्त दुषित गर्दछ ।

बाख्रीको दही

उत्तम, ग्राही, लघु, त्रिदोषनाशक, अग्निदीपक एवं श्वास, खोकी, क्षय तथा दुर्बलोपनमा लाभदायक हुन्छ ।

चीनी मिलाएको दही

श्रेष्ठ, प्यास, पित्त, रक्तधिकार तथा दाहनाशक ।

गुड मिलाएको दही

घातनाशक, वीर्य, रस-रक्तादि वर्धक, तृप्तिकारक तथा छिटो पाच्य न हुने हुन्छ ।

निषेध

रात्रीमा दही खानु हुँदैन, स्वास्थ्यको लागि हानिकारक त हुँदै हुन्छ, साथै बुद्धि पनि नाश गर्दछ भनेर आयुर्वेद ग्रन्थहरूमा लेखिएको पाइन्छ ।

यदि खानु नै पच्यो भने भातसँग न मिसाइकन वा पानी मिलाएर प्रयोग गर्नुपर्दछ, साथै घ्यू अथवा मुँगको दाल अथवा चीनि अथवा मह या अमला मिसाइएको छ भने त्यति दोष लाग्दैन अर्थात् खानु इच्छा नै लाग्यो भने माथि कहिएको कुनै न कुनै चीज मिसाएर खानु पर्दछ ।

मोही

कषाय तथा मधुर रस युक्त, वात तथा पित्तनाशक, ग्राही, लघु, अग्निदीपक, बीर्यवर्धक, तृप्तिकारक तथा वातनाशक मानिएको छ । मोही सेवन गर्ने व्यक्तिलाई कहिल्यै पनि रोग लाग्दैन भनेर भावप्रकाशमा उल्लेख गरिएको छ ।

कफको अधिकतामा सोंठ, मरिच र पिपला मिसाएर मोही सेवन गर्नु । पित्तको अधिकतामा चीनि । वात एवं अतिसारमा ह्रीँड, जीरा भुट्टी पिसेर, सिधेनून समेत मिलाएर सेवन गर्नु । यसले रुचि बढाउँछ, बल बढाउँछ, पुष्टि गराउँदछ । उपरोक्त औषधीका साथ गुड पनि मिलाई सेवन गरेमा मूत्रकृच्छ, मूत्राघातमा समेत लाभ गर्दछ ।

निषेध

निम्न रोग भएका व्यक्तिलाई मोहीले हानी पुऱ्याउन सक्छ- क्षय, दुर्बल व्यक्ति, मूर्च्छा, भ्रम, दाह, रक्तपित्त आदि ।

नौनी

गाईको नौनी - हितकर, बीर्यवर्धक, शरीर सुन्दर बनाउने, बल तथा अग्निवर्धक, वात, पित्त, रक्तविकार, क्षय, कासनाशक । बालक, युवक, वृद्ध सबैको लागि समानरूपेण लाभदायक छ ।

भैंसीको नौनी वात तथा कफकारक दाह, पित्त तथा श्रम (थकावट) नाश गर्ने, मेद तथा शुक्र वृद्धि गर्ने मानिएको छ ।

पुरानो नौनी सबैको लागि हानिकारक हुन्छ ।

घीउ

रसायन, स्वादिष्ट, आँखाको लागि हितकर, अग्निदीपक, शीतवीर्य, कान्ति, ओज, तेज र लावण्य बढाउने, स्वर तथा स्मरणशक्ति बढाउने, स्मृति (धारणाशक्ति) को लागि हितकर, आयु बढाउने, बलकारक, कफकारक, विष, अलक्ष्मी (दरिद्रता) पित्त, वायु, ज्वर, उन्माद, शूल, अफरा, व्रण, क्षय, रक्तविकार आदि नाश गर्ने गुण छ ।

गाईको घीउ

गाईको घीउ विशेष गरेर आँखाको लागि हितकर, वीर्यवर्धक, अग्निवर्धक, शीतल, वात, पित्त, कफनाशक, मेधाशक्ति, लावण्य, कान्ति, ओज तथा तेज अत्यन्त बढाउनेवाला, अवस्था स्थिर राख्ने, गुरु, बलकारक, पवित्र, आयु बढाउने, मङ्गलदायक, रसायन, सुगन्धयुक्त हुन्छ ।

भैंसीको घीउ

स्वादिष्ट, शीतल, कफजनक, वीर्यवर्धक, पित्त, रक्त विकार र वातनाशक हुन्छ ।

बाख्रीको घीउ

जठराग्निकारक, आँखाको लागि हितकर, बलवर्धक, कास, श्वास तथा क्षयनाशक भनिएको छ ।

उँटीको घीउ

अग्निदीपक कफ, वातनाशक, कीटाणु, विष, कुष्ठ र पेटसम्बन्धी रोग नाश गर्नेवाला हुन्छ ।

* भेंडीको दूध

सम्पूर्ण रोग नाश गर्ने, हड्डिलाई मजबूत बनाउने, आँखाको लागि हितकर, जठराग्नि प्रदीप्त गर्ने, पथरी, शर्करा, वातसम्बन्धी रोग नाशक हुन्छ ।

स्त्रीको घीउ

अमृतको समान गुणकारी, आँखाको लागि हितकर, कफ, वात, योनिदोष, पित्त तथा रक्तविकारमा हितकारी हुन्छ ।

घोडी (वाडवा) का घीउ

देह तथा अग्निबढाउने, विषनाशक, तृप्तिकारक, नेत्र रोगनाशक, दाह दूर गर्ने हुन्छ ।

नयाँ घीउ

भोजन, परिश्रम, बलको क्षयमा, पाण्डु (पीलिया), नेत्ररोग आदिमा नयाँ घीउ नै प्रयोगमा ल्याउनु पर्दछ ।

बालक, वृद्ध, राजयक्ष्मा रोगी, कफजन्य रोग, आमयुक्त रोग, हैजा, कब्जियत, ज्वर तथा अग्निमन्द भएका अवस्थामा घिउ दिनु त्यति लाभदायक हुँदैन ।

पुरानो घीउ

एक वर्षभन्दा ज्यादा भएको घिउलाई पुरानो घीउ कहलाइन्छ ।

पुरानो घीउ - त्रिदोषनाशक, मूर्छा, कुष्ठ, बिष, उन्माद, मिर्गि आदि रोगमा विशेष लाभ गर्दछ ।

जति जति घीउ पुरानो हुँदै जान्छ, त्यति त्यति रोगनाशक शक्ति बढ्दै जान्छ ।

गोमूत्र

कटु, तिक्त, कषायरसयुक्त, तीक्ष्ण, उष्ण, क्षार, लघु, अग्निदीपक, मेधाको हितकर, उदररोग, अफरा, चिलाउने, नेत्र र मुखसम्बन्धी रोग, कुष्ठ, वात, कास, श्वास, शोथ, कामला, पाण्डु आदि रोग नष्ट गर्दछ ।

खाली पेट खानाले या कमजोरी शरिरखालाहरूलाई धेरै खाएमा हानी गर्न सक्दछ । मात्रा र आफ्नो शारिरिक क्षमता हेरी (विचार गरी) प्रयोग गर्नु ।

तिलको तेल

गुरु, स्थिरता तथा बलकारक, वर्ण उत्तम गराउने, वीर्यवर्धक, वात तथा कफनाशक, रस रक्तादिवर्धक, रक्तपित्तकारक, मल मूत्र रोकनेवाला, गर्भाशय शोधन गर्ने, अग्निदीपक, बुद्धिदायक, मेधाको लागि हितकर, कान, योनि तथा शिरसम्बन्धि शूल नाशक, छाला, कपाल तथा आँखाको लागि हितकर, काटेमा, पोले, लोटे, कहीं मर्किएको, घाउ भएको, हड्डी टूटेको आदिमा तिलको तेल लाभदायक हुन्छ ।

सस्यु (तोरी) को तेल

अग्निदीपक, पित्त तथा रक्त दूषित गर्ने, कफ, मेद वायु, बबासिर,

शिर, कानसम्बन्धी रोग, कृष्ठ, कृमि आदि नाशक भनिएको छ ।

आलसको तेल

उष्ण, कफ तथा पित्त कारक, आँखाको लागि हानिकारक, बलकारक, वातनाशक, गुरु, मलकारक आदि मानिएको छ ।

अरेठको तेल

तिक्ष्ण, उष्ण, अग्निदीपक, वीर्यवर्धक, छालाको लागि हितकर, अवस्था स्थिर राख्नेवाला, पेथा, कान्ति, बल दिने, योनि तथा शुक्र शोधन गर्ने, वात, उदरसम्बन्धी रोग, कमर दुःखे, अपफरा, वातरक्त आदि नाशक छ ।

मदिरा (रक्त्स)

उष्ण, पित्तकारक, वातनाशक, मलभेदक, शीघ्र पाच्य हुने, अत्यन्त कफकारक, अम्ल रस युक्त, अग्निदीपक, रुचिकारक एवं पाचक, स्तम्भक भनिएको छ ।

नयाँ मदिरा - त्रिदोषजनक, हृदयको लागि अहितकर, रस रक्तादि वर्धक, दाह उत्पन्न गर्ने दुर्गन्धवाला हुन्छ ।

पुरानो मदिरा - रुचिकारक, हृदयको लागि हितकर, सुगन्ध-युक्त, कृमि, कफ तथा वायु नाश गर्ने हुन्छ ।

सात्त्विक प्रकृति भएको मानिसलाई रक्सीले गाउने, हाँस्ने आदि काम गराउँछ । राजसी प्रकृतिवालालाई साहसिक कार्यको काम गरेको हुन्छ भने तमोगुणी मानिसले अरूलाई गाली गर्ने, पिट्ने हो-हल्ला गर्ने आदि निन्द्यकर्म र निदाउने गर्दछ ।

शरीर कमजोरी भएका, रक्सी खान सुरु गरेका व्यक्तिहरू बर्बराउने, रुने, एकोहीरो बन्ने, कुनै असम्भव बातहरू गर्ने, कुनै कुरा गर्दा रुज्जे भएर बोल्ने, हातखुट्टा काँप्ने, वान्ता गर्ने, आफ्नो शरीर अधिनमा राख्न नसक्ने हुन्छन्, ज्यादा खाने गरेको छ भने त दिशा, पिशाव र आफ्नो गोप्येन्द्रिय सम्हाल्ने चेष्टा पनि राख्दैनन् । अरु के भन्ने ? आफ्नो मुखमा कुकुरले पिशाव गरेको पनि थाहा पाउँदैनन् । एउटा उखान यद्वा कहावत के छ भने 'रक्सी खाने मान्छेले पुतुनो र थुतुनो सम्हाल्न सक्दैनन् ।'

जो व्यक्ति घ्रसन्न रहन्छ, मिष्टान्नहरू भोजन गर्दछ, अर्काको दुःख कष्ट विचार गर्न सक्छ, जो आफ्नो पत्नीलाई उचित सम्मान दिन्छ, जो आफ्नो सावगास अनुसार उचित व्यवहार गर्दछ, अङ्कलेर (मात्रा अनुसार) मात्र र केवल सुत्ने बेलामा मात्र रक्सीको सेवन गर्दछ भने त्यस व्यक्तिलाई अमृतको समान गुणकारी हुन्छ भनेको छ ।

रक्सिको गन्ध हटाउने उपाय

नागरमोथा, कूटएलवाला जीरा, धनियाँ, अलैंची, सुकमेल, त्वाङ्ग यी सबै एकत्र गरी चबाउँछ भने त्यो व्यक्ति सभाका माझमा गए बसे पनि रक्सी खाएर आएको रहेछ भनेर कसैले थाहा पाउन सक्दैनन् ।

उँखु

रक्तपित्तनाशक, बलकारक, वीर्यवर्धक, कफजनक, मूत्र कारक, शीतवीर्य हुन्छ । साथै मधुर, सारक, श्रमहर, शुक्रशोधक, पाण्डु आदि रोगमा पनि अत्यन्त लाभदायक हुन्छ ।

उँखु (खुदो) बाट बनेका पदार्थहरू - तृषा, दाह, मूच्छा, पित्त तथा रक्तविकार नाशक हुन्छन् । साथै - मधुर रसयुक्त, बलकारक,

वातनाशक, सारक, वीर्यवर्धक, शीतल एवं रस रक्तादि वर्धक र विष नाशक हुन्छ ।

अरु उँखुको अपेक्षा कालो उँखु मात्र अधिक गुणकारी हुन्छ, सर्पको विषमा कालो उँखुको खुदो पेटभर खानाले आराम हुन्छ अर्थात् विष नाश हुन्छ भन्ने बूढा पुरानाहरूको भनाइ छ । कालो उँखु धेरै थरी हुन्छन् तर एक प्रकारको मात्र गुणकारी हुन्छ, चिन्नु पर्दछ । सेतोमध्ये (देउसुलो) असली हुन्छ कालो नपाइएमा ।

गुड

वीर्यवर्धक, गुरु, वातनाशक, मूत्रशोधन गर्नेवाला, मेद, कफ, कृमि तथा बलकारक एवं गुणकारी हुन्छ । नयाँ गुड कफ, श्वास, कास कृमि उत्पन्न गर्नेवाला एवं जठराग्नी वृद्धि गर्ने हुन्छ ।

पुरानो गुड - लघु, पथ्य, अग्निजनक, पुष्टिवर्धक, पित्तनाशक, मधुर, वीर्यवर्धक, वातनाशक हुन्छ । नयाँ गुडको अपेक्षा पुरानो गुड अधिक गुणकारी हुन्छ ।

यदि अदुवाको रसमा गुण खाइन्छ भने कफ नाश गर्दछ । हर्षोको साथ सेवन गरे पित्त र सुठोको साथ सेवन गरे समस्त वातरोगसम्बन्धी रोगहरू नाश हुन्छन् । यस्तो तीनै दोष नाश गर्ने गुडलाई नमस्कार छ - "दोषत्रयक्षयकराय नमो गुडाय" ।

स्वस्थ रहनको लागि भोजनमा ६ रसको आवश्यक

हाम्रो शरीरलाई पोषण गर्न आवश्यक भोजनहरूमा मुख्य ६ रस छन् । तिनीहरूको नाम गुलियो, अमिलो, पिरो नुनिलो, टर्रो, तीतो । यी रसहरूको उत्पत्ति भिन्न भिन्न तत्त्वबाट हुन्छ । उदाहरणको लागि

१. पृथ्वी र पानीको गुणको अधिकताले मधुर रसको उत्पत्ति हुन्छ ।
२. पृथ्वी र अग्निको गुणको अधिकताले अमिलो रसको उत्पत्ति हुन्छ ।
३. जल र अग्निको गुणको अधिकताबाट नुनिलो रसको उत्पत्ति हुन्छ ।
४. वायु तथा अग्निको गुणको अधिकताले पिरो रसको उत्पत्ति हुन्छ ।
५. वायु तथा आकाशको गुणको अधिकताले तीतो रसको उत्पत्ति हुन्छ ।
६. पृथ्वी तथा वायुको गुणको अधिकताले कषाय (टर्रो) रस उत्पत्ति हुन्छ ।

यी ६ रसको वात, पित्त र कफसँग निम्नलिखित सम्बन्ध छ-
 गुलियो, अमिलो र नुनिलो रस वातविनाशक छ । गुलियो, तीतो र टर्रो रस पित्तनाशक छ । पिरो, तीतो, टर्रो रस कफनाशक छ । टर्रो रस वायु जस्तो गुण र लक्षण भएको छ । पिरो रस पित्त जस्तो गुण र लक्षण भएको छ । यी ६ रसको गुण निम्न प्रकार छ-

१. मधुर रस

रगत, मासु, बोसो, हाड, मज्जा, ओज, वीर्य तथा आमाको दूध बढाउने हुन्छ । यो रस आँखाको लागि हितकारक छ । रौं तथा रंग स्वच्छ गर्दछ । समस्त इन्द्रियहरूलाई परमहितकारी छ । यो रस तृष्णा, मूर्च्छा र दाह शान्त गर्दछ । समस्त इन्द्रियहरूलाई प्रसन्न राख्दछ र कीरा र कफ बढाउँछ । तर यो रस अत्यन्त सेवन गर्नु भन्ने श्वास, खोकी, दिसा, चमन हुनु, कफ बिग्रनु, कण्ठमाला, अर्बुद, मधुमेह मूत्र रोग आदि उत्पन्न हुन्छन् । आँखाबाट आँसु बहने हुन्छ ।

मधुर पदार्थ

दूध, घिउ, बोसो, चामल, जौ, गहुँ, मास, किसमिस, छोहरा, नरिवल, सखर, चिनी, मह आदि मधुर पदार्थ हुन् ।

२. अमिलो रस

आहारलाई पचाउँदछ, वातादि दोषलाई हटाउँदछ । सूजन (सुन्निनु) हटाउँदछ । मोटो मानिसलाई तौल घटाउँछ । वीर्य र नेत्रको तेज कम गर्छ । रोमाञ्च गर्ने हुन्छ । दिसा-पिसाव साफ गराउँछ । यो हृदयको लागि परम हितकारी छ । तर यसको अत्यन्त सेवनले दाँत बिग्रिन्छ । कफ नष्ट हुन्छ, शरीर शिथिल हुन्छ । घाँटी, छाती र हृदयमा दाह हुन्छ । यो रस गरम छ ।

अमिलो पदार्थ

अनार, अमला, कागती, इमली, फालसा, पदंचालनु, दही, पट्टा (मोही), बयर आदि अमिला पदार्थ हुन् ।

३. नुनिलो रस

यस रसले मल शुद्ध गर्दछ, दूषित घाउलाई सफा गर्दछ । यो रस गरम प्रकृतिको छ । रुचिकारक, पाचक, कफ र पित्त बढाउने हुन्छ । पुरुषत्व र वायु नष्ट गर्ने खालको लो । शरीरमा शिथिलता र मृदुता ल्याउने हुन्छ । घाँटीमा जलन उत्पन्न गर्छ, जोर्नीहरू शिथिल गर्छ । यसको अति सेवनले लुतो, घाउ, खटिरा, कुष्ठ, सुन्निने, ग्लाइण्ड जस्ता रोगहरू हुन्छन् । साथै छालाको रंग बिगार्दछ । पुरुषत्व नष्ट गर्ने र नेत्रादि इन्द्रियहरूलाई मन्द गर्दछ । कपाल सेतो गर्छ ।

नुनिलो पदार्थ

नून, सिंधेनून, सामुद्रिक नून, जवाखर, सुहाग आदि नुनिलो पदार्थ हुन् । यो गरम प्रकृतिको छ ।

४. पीरो रस

अग्निदीपन गर्ने हुन्छ । मल मूत्र सफा गर्ने हुन्छ । मोटो हुने, आलस्य, कफ, कृमि, विषवाट उत्पन्न हुने रोग, कुष्ठ, लुतो आदि रोग शान्त गर्दछ । संधी या जोर्नीहरुलाई शिथिल गर्दछ, उत्साह घटाउँदछ । आमाको दूध, वीर्य तथा बोसो नष्ट गर्दछ । यस रसको अति सेवनले भ्रम, मद, गला, ओठको रोग हुन्छ । शरीरमा जलन, बलहीनता, बमन आदि रोग उत्पन्न हुन्छन् । हात, पाउ, पिठ्युँ आदिमा वायुसम्बन्धी पीडा उत्पन्न गर्दछ । यो पनि गरम प्रकृतिको हो ।

पिरो पदार्थ

भूला, लहसून, कपूर, कूट, देवदारु, अजवायन (ज्वानो), गुग्गुलु, खुर्सानी आदि पिरो पदार्थ हुन् ।

५. तीतो रस

यस रसले लुतो, पित्त, तृष्णा, मूर्च्छा, ज्वर आदि शान्त गर्दछ । मलमूत्र मेद आदिलाई सुकाउँदछ । यो रस शीतल हो । यस रसको अत्यन्त सेवनले गर्दनको नसा जकडिन्छ, नसाहरु खुम्चन्छन्, शरीरमा पीडा हुन्छ । भ्रम हुन्छ । शरीरमा कम्पन हुन्छ र भोजनमा रुचि कम हुन्छ ।

तीता पदार्थ

बेसार, इन्द्रजौ, कटेली, निशोध, करेलो, भण्टा, करबीरको फूल, अपामार्ग, शंखाहुली, कुटकी आदि ।

६. कषाय (टर्रो) रस

यसले दिसा बन्द गर्दछ, शरीरलाई मजबूत पार्छ । घाउ तथा प्रमेह आदिलाई शुद्ध गर्छ । घाउमा प्रवेश गरेर त्यसको दोष हटाउँछ । पसीना सुकाउँछ । यसको अत्यन्त सेवनले हृदय पीडा हुन्छ, मुख सुक्छ, पेट फुल्छ, नसा जकडिन्छ, शरीर काण लाग्छ, शरीर दुर्बल हुन्छ ।

कषाय पदार्थ

त्रिफला, जामुन, मौलसिरी, पाखाणभेद, पालक आदिको शाग कषाय र टर्रो पदार्थ हुन् । यो रस शीतल छ ।

खाने वस्तुमा नित्य हामी ६ वटै रस प्रयोगमा ल्याउँछौ । तीतो र टर्रो खाने पदार्थमा ज्यादै थोरै उपयोगमा आउँछ तापनि कतिपय पदार्थमा यो रस गुप्तरूपले रहेको हुन्छ । गुलियो, अमिलो, तुनिलो, पिरो यी ४ रस विशेषतः उपयोगमा ल्याइन्छ । तर यो पदार्थहरू पनि ज्यादै सेवन गर्नाले हानि हुने पूरा सम्भावना छ ।

प्रसिद्ध धान्यवर्गको गुण

चामल

यसको गुणमा मधुर, अग्निदीपक, बलवर्धक, धातुवर्धक, त्रिदोषहारक, मूत्रवर्धक छ । चामलमा पौष्टिक (नाइट्रोजन) र स्निग्ध पदार्थ ज्यादै सजिलोसँग प्रचदछ । बालक तथा रोगीहरूको लागि पथ्य छ । एक वर्ष पुरानो चामल गुणकारी हुन्छ ।

गहुँ

गुणमा पुष्टिकारक, धातुवर्धक, मधुर, ठंडा, रुचिकारक, टुटेका

हाडहरू जोड्ने, घाउ भर्ने, कोष्ठबद्धता गर्ने हुन्छ । गहुँमा क्षारतत्व र स्निग्ध तत्व कम हुन्छ । यो गर्मी र पुष्टिको तत्व भएको हुन्छ ।

मुगीको गुण

मुगी ठण्डा, ग्राहक, हलुका, स्वादिष्ट, कफ तथा पित्तलाई हटाउने हुन्छ । आँखाको लागि हितकारक छ तर केही वायु गर्दछ । आयुर्वेदमा मुगीको धेरै प्रशंसा गरिएको छ, रोग बढेको बेलामा पनि मुगीको पातलो दाल वा त्यसको रस उपयोग गर्ने सल्लाह दिएको छ । मुगीको दालको पानी कति कुरामा दूधको आवश्यकताई हटाउँदछ । ज्वरमा पनि मुगीको दालको पानी हितकारक मानिएको छ । यो पानीले वायु पनि गर्दैन ।

मुसुरोको दाल

गुणमा मथुर, टर्रो, रुचिकारक, ग्राही, ठण्डी, त्रिदोषहारक र केही वायु गर्दछ । रक्तविकार, ज्वर तथा वायु गोला आदि रोगमा लाभकारी छ ।

मासको गुण

मासको दाल अति पौष्टिक, वीर्यवर्धक, आमाको दूध बढाउने, मासु र बोसो बढाउने हुन्छ । यो खानाले बल बढाउँदछ, पित्त तथा कफ बढ्दछ । श्वास, काश आदि वायुको रोगमा मासको दाल पथ्य मानिन्छ । वायु प्रकृति भएकालाई विशेषतः हितकारी छ । पचिसकेपछि मासको दालले गरम तथा अमिलो रस उत्पन्न गर्दछ । अतएव कफ र पित्त प्रकृति भएकालाई र कफ र पित्तसम्बन्धी रोगमा यो हानिकारक छ । पुष्टिकारक पदार्थमा पनि यसको प्रशंसनीय छ ।

साग वर्ग

चौलाइका साग

हलुका, ठण्डा, रुखो, मलमूत्र अपसारक, रुचिकारक, अग्निप्रदीपक विषनाशक, पित्त कफ तथा रक्त तथा रक्त विकारलाई हटाउने हुन्छ । कुष्ठ, वात रक्त विकार, चर्मरोग, त्रिदोष ज्वर, पिसाबको गर्मीलाई शान्त गर्ने र रगत शुद्ध गर्ने हुन्छ ।

बेथे

पाचक, रुचिकारक, अग्निदीपक, हलुका, मलापसारक हुन्छ । यो खानाले फियो, रक्तपित्त, बवासीर र कृमिरोग नष्ट हुन्छन् ।

पालक (पालुंगो) को साग

ठण्डा, कफवर्धक, मलापसारक हुन्छ । यो श्वास, पित्त तथा रक्तविकारमा लाभदायक छ ।

काउली

गन्धुको प्रकृति भएकोले ग्राहक छ । मधुर, रुचिकारक तथा वात, पित्त र कफ यी तीन दोषमा हितकारक छ । यो खानाले बल, वीर्य र आमाको दूध बढ्दछ र कुष्ठ, प्रमेह, रक्तविकार, मूत्र कृच्छ, ज्वर यी सबै रोगमा लाभदायक छ ।

मेथीको साग

पित्तकारक र ग्राही छ । तर कफ वायु र कृमिरोग नष्ट गर्दछ । रुचिकारक तथा पाचक छ ।

सिमलको फूलको तरकारी

पौष्टिक, मीठो र ठण्डा हुन्छ बादी, पित्तरोग, रक्तपित्त तथा क्षयभा हितकारक छ ।

परबरको तरकारी

हृदयको लागि हितकारक, बलवर्धक, पाचक, रुचिकारक, कामप्रवर्धक, हलुका तथा स्निग्ध छ । खोकी, रक्तविकार, ज्वर तथा कृमिरोगमा लाभदायक छ ।

कुभिन्डोको तरकारी

पुष्टिकारक, वीर्यवर्धक, हुन्छ । रक्त विकार, वायु विकार, मृगी, हिष्टेरिया र उन्माद रोगमा लाभदायक छ ।

मुलाको तरकारी

अग्निदीपक र रुचिकारक छ । बवासिर, गुल्म, दम, ज्वर, कफ, वायु तथा नाकको रोगमा हितकारक छ । सानो तथा कोमल अवस्थाको मूला सबै प्रकृति भएकालाई हितकारक हुन्छ ।

आलुको तरकारी

शीतल, मधुर, भारी, मलमूत्र वृद्धिकारक, रुखो, बलदायक, वीर्य तथा माताको दूधवर्धक, रक्तपित्तनाशक, ताकत वृद्धि गर्ने हुन्छ । आलु यदि घिउमा भुटेर खायो भने कफकारक हुँदैन । आलु पोलेर घिउमा तारेर ५-१० वर्षका बच्चालाई खुवाएमा शरीरको हाड बढ्छ । खूब पोषण हुन्छ ।

काँक्राको तरकारी

शीतल, रुखो, प्राही, मधुर, भारी, रुचिकारक तथा पित्तजनक हुन्छ । यसले प्यास तथा उदर रोग शान्त हुन्छ ।

बैगन (भन्टा) को तरकारी

मीठो, पिरो, गरम, अग्निदीपक, वीर्यवर्धक र हलुका हुन्छ, वादी र ज्वरमा हितकारी छ ।

प्याजको तरकारी

बलवर्धक, पिरो, भारी, रुचिकारक, वीर्यवर्धक छ । यसबाट कफ रथा निद्रा वृद्धि हुन्छ । यो क्षय, क्षीणता, रक्तपित्त, वमन, हैजा, कृमिरोग, अरुचि, सूजनमा हितकारी छ ।

दूधको सामान्य गुण

दूध मधुर, पित्तहारी, प्रोणक, वीर्यवर्धक, बुद्धिवर्धक, दिसा साफ गर्ने, युवावस्था मिलाउने, दूधको हाडलाई जोर्ने रसायनरूप छ । पुरानो ज्वर भ्रम, भूच्छा, ज्वर मक रोग, शोथ, बबासीर, गुल्म उदर रोग, प्रिसावसम्बन्धी रोग र मस्राव आदि धेरै रोगहरूमा दूध अत्यन्त हितकारक र प्रोणक छ ।

गाईको दूध

गाईको दूधमा माथि लेखिएको सबै गुण छ । काली गाईको दूधबाट वातहरण गर्ने र यो विशेष गुणकारी हुन्छ । राती गाईको दूध पित्तहारक र वायुनाशक, सेती गाईको दूध कफकारक र भारी

हुन्छ । ब्याएको एक दुई महिना भित्रको दूध तिनै दोषलाई कुपित गर्ने हुन्छ । ब्याएको तीन महिना बितेपछि गाईको दूध निर्दोष र उत्तम हुन्छ ।

भैंसीको दूध

भैंसीको दूध गाईको दूधभन्दा मीठो, बाक्लो, गरुकौ, विशेष वीर्यवर्धक, कफकारक, निद्रावृद्धि गर्ने हुन्छ । निर्बल पाचन शक्तिका व्यक्तिहरूलाई र रोगी व्यक्तिहरूलाई भैंसीको भन्दा गाईको दूध बढी पश्य हुन्छ । श्रमले थाकेका र बुढाहरूलाई भैंसीको दूध हितकारक छ । प्रबल पाचनशक्ति भएकालाई यो पश्य छ ।

बाख्राको दूध

टर्रो, गुलियो, ठण्डा, हलुका र गर्मी हुन्छ । रक्तपित्त, अतिसार तथा ज्वरमा पश्य छ । वातहारक, त्रिदोषनाशक छ ।

भेडाको दूध

टर्रो, मीठो, केही नुनिलो, स्निग्ध, गरम, पथ्यरी रोगलाई हटाउने, वीर्य, पित्त तथा कफकारक र वातनाशक छ ।

नारीको दूध

हलुका, ठण्डा र अग्निदीपक छ । यसले वायु, पित्त, नेत्रशूल र कानको पीडा शान्त गर्दछ ।

खराब दूध

जुन दूधको रंग बदलिन्छ या स्वाद बिग्रन्छ अथवा अमिलो

हुन्छ, बासी हुन्छ र फाट्दछ । यस्तो दूध खानाले हानि गर्दछ । दुहेपछि त पूर्णरूपले विकृत हुन्छ । यसकारण दुहेपछि या तताएपछि धेरै बेर दूध त्यसै राख्न हुँदैन । दूध यस्तो उत्तम पदार्थ हो यसको सेवनले शरीरको पोषण हुनुका साथै शरीरको धातु, बल तथा बुद्धि वृद्धि हुन्छ । खाने पदार्थमध्ये दूधमा पोषणका सबै तत्व मौजूद छन् । दूधको साथ संयोगविरुद्ध पदार्थ खानाले हानि हुने संभावना हुन्छ । ज्यादै नुनिलो पदार्थ, विभिन्न प्रकारको अमिलो, सखखर, शाक, भदिरा, माछा, मासु आदि पदार्थ दूधसँग मिलाएर खानाले अनेक रोग उत्पन्न हुन्छन् ।

घिउ

यो रसायन, मधुर, नेत्रलाई हितकारी, अग्निप्रदीपक, शीतवीर्ययुक्त, बुद्धिवर्धक, जीवनदाता, शरीरलाई कोमल गराउने, बल, वीर्य, कान्ति बढाउने र मलनिस्सारक छ । बाढी गर्ने पदार्थसाथ घिउ खानाले वायुको उपद्रव शान्त हुन्छ । भोजनका चीजहरूमा राख्नाले त्यसलाई मधुर बनाउँछ । मूर्च्छा, कुष्ठ, विष, उन्माद, तिमिर र आँखाको सामुन्ने अँधेरो देखिनेमा एक वर्ष पुरानो घिउ लाभदायक छ । धेरै वर्ष पुरानो घिउ घाउखटिराको लागि औषधी हुन्छ ।

गाईको दूध नौनी

हितकारी, बलवर्धक, वर्णसुधारक, अग्निप्रदीपक तथा मल अवरोधक हुन्छ, बालकको लागि अमृततुल्य हुन्छ ।

भैसीको दूधको नौनी

वायु र कफ बढाउँछ, दाह, पित्त र श्रमलाई हटाउँछ, मेद तथा वीर्यवर्द्धक छ ।

दही

गरम, अग्निप्रदीपक, गहुँगो, पचेपछि अमिलो आउने र मलावरोधक छ । पित्त, रक्तविकार, सूजन, मेद तथा कफ उत्पन्न गर्छ । तर यमलाई चुक्तिपूर्वक उपयोग गर्नुपर्छ । धेरै अमिलो दही अग्निप्रदीपक, रगत बिगाने, वायुपित्तलाई कुपित गर्ने हुन्छ । रक्तपित्त उत्पन्न गर्ने, गलामा जलन उत्पन्न गर्ने, बादी उत्पन्न गर्ने हुन्छ । पकाएको दूधको दही काँचो दूधको दहीभन्दा असल हुन्छ । यो दही रुचिकारक, पित्त तथा वायुलाई हटाउने र धातुको बल बढाउने हुन्छ । रातमा दही खानु हुँदैन । यदि ऋतुअनुसार दही खाने हो भने हेमन्त, शिशिर, वर्षा यी ऋतुमा दही खानु राम्रो हुन्छ । तर शरद, ग्रीष्म र बसन्तमा दही सबैको लागि प्रतिकूल हुन्छ । घिसँग खाएको दहीले बादी हटाउँछ, आँपसँग खाएको दहीले कफ हटाउँछ । महसँग खाएको दही पाचक हुन्छ । शखर वा चिनीसँग खाएको दहीले दाह, रक्त विकार, पित्त तथा तृष्णा हटाउँछ । गुडसँग खाएको दहीले शरीरमा बल बढाउँछ र वायु हटाउँछ ।

मझा (मोही)

मझा वायु, पित्त तथा कफ हटाउने र प्रिय हुन्छ । यसले दिसा रोक्दछ । पाकमा मधुर भएकोले पित्त गर्दैन, कषाय, उष्णवीर्य र रुखा भएकोले कफ फुक्लाहन्छ । आयुर्वेदमा तक्र (मोही) को अनेक गुण बताइएको छ, तर खराब दहीबाट बनाइएको तक्र पनि खराब अर्थात् विकारी नै हुन्छ । वायुप्रकृति भएकालाई मोहीमा सिँधेनुन मिसाएर खानुपर्छ । पित्तप्रकृतिलाई चिनी मिलाएर खानुपर्छ । कफप्रकृतिबालालाई अथवा कफको उपद्रवमा भून, सुटो, मरीच र पिप्लाको चूर्ण मिलाएर खानुपर्छ । अग्निमान्द्य, कफविकार, मूत्रकृच्छ,

गुल्मरोग, बवासीर, जठराग्नि विग्रनु आदि रोगमा मोही अत्यन्त हितकारी हुन्छ । केवल मोहीको प्रयोगबाट संग्रहणी, बवामीर जस्ता कठिन रोग पनि आराम हुन्छन् । तक्रकल्प प्रसिद्ध छ । यदि शरीरमा कुनै प्रकारको घाउ भयो भने, कुनै अंगमा सूजन भयो भने, मूछा, भ्रममा, रक्तपित्त रोगमा तथा शङ्खद ऋतुमा मोही पिउनु हितकर छैन ।

फल वर्ग

आँप

साधारणतया आँप हितकारक छ । काँचो आँपको अमिलो रुचिकारक, ग्राही र रुखो छ । यसबाट पित्त, वायु, कफ तथा रक्त विकार उत्पन्न हुन्छ । तर कण्ठरोग, वात, प्रमेह, योनिदोष, व्रण, अतिमार तथा प्रमेहमा यसले लाभ गर्दछ । पाकेको आँप, वीर्यवर्धक, कान्तिकारक, तृप्तिदायक मांसवर्धक र बलकारक छ । केही कफकारक भएकोले यसको रसमा थोरै सुठो मिलाई खानुपर्छ ।

जामुन

मलावरोधक, मधुर, कफनाशक, रुचिकारक र वायुनाशक छ ।

अनार

त्रिदोषनाशक, तृप्तिदायक, वीर्यवर्द्धक र बलदायक छ । यसको सेवनले अतिसार, ज्वर, हृदयरोग, कण्ठरोग र मुखको दुर्गन्ध नष्ट हुन्छ ।

केरा

गहुँगो, शीतल, रुचिकारक र पित्तनाशक छ । बलदायक,

वीर्यवर्धक, तृप्तिकारक र मांसवर्धक छ । तर यसबाट कफ उत्पन्न हुन्छ । पित्त तथा रक्त विकारमा लाभदायक छ ।

स्याउ

ब्रात तथा पित्तनाशक, पुष्टिकारक, कफकारक, भारीपाक तथा रसमा मधुर शीतल रुचिकारक र वीर्यवर्धक छ । तर ज्वरोको अवस्थामा यसको सेवन हानिकारक छ ।

सुन्तला

मधुर, रुचिकारक, शीतल, पौष्टिक, अग्निप्रदीपक, हृदयको लागि हितकारक, त्रिदोषहारक, शूल तथा कृमिनाशक छ । मंदाग्नि, खोकी, वायु, पित्त, कफ, क्षय, शोथ, अरुचि, वमन आदि रोगमा पथ्य छ ।

अंगुर र किसमिस

अमिलो अंगुर कफकारक छ । पाकेको अंगुर या मुनक्का उत्तम फल हो । शीतल, नेत्रहितकारक, धातुपुष्ट गर्ने, गहुँको छ । यो खानाले प्यास, ज्वर, खोकी, वमन, कमलपित्त, वायु, मूत्रकृच्छ, दाह, शोथ आदि रोगमा लाभदायक छ । सुखा र कालो दाख प्रायः सबै प्रकारको तनावका लागि हितकारक छ । यसले पिसाव सफा गर्दछ ।

खजूर

पौष्टिक, स्वादिष्ट, मधुर, रक्त शुद्ध गर्ने, हृदयको लागि हितकारक, त्रिदोषहारक, श्वास, श्रम, क्षय, शोथ तथा अम्लपित्त आदिमा पथ्य तथा हितकारक छ । यो पचनमा भारी र पेटमा कृमि

सख्खर या चिनी

पित्त हटाउने, ठण्डी, बलदायक, वीर्यवर्धक, आँखाको लागि हितकारक छ; कफकारक छ । अतः कफरोगमा, सूजन तथा ज्वरमा हनिकारक छ । अधिक चिनी खानु हानिकारक छ । मधुमेह जस्तो कठिन रोग हुने सम्भावना हुन्छ ।

पथ्यापथ्य

पथ्य

चामल, गहुँ, जौ, मुगी, मुसुरो, चना, मटर यी सबै अन्न सामान्यतया हितकारक छन् । चना केही वायुकारक छ । चामल एकवर्ष पुरानो राम्रो हुन्छ । मासको दाल घिउ हालेर खानु हितकर छ । मुगीको दाल त्रिदोषनाशक र पथ्य छ ।

साग

पालक, परबल, तोरिया, लौका, बेथे, जिमीकन्द पथ्य छन् । अन्य पदार्थमा गाईको दूध, गाईको दूधको मोही, चिनी, अदुवा, अमला, सिधेनून, अनार, गुलियो अंगुर यी सबै पदार्थ सबैको लागि हितकर भएकोले पथ्य छ ।

अपथ्य

क्षार अर्थात् चून अधिक परिमाणमा खानाले शरीरका धातु बिग्रेर पुरुषत्व नष्ट हुन्छ । खुर्सानी आदि दाह गर्ने पदार्थले पित्तलाई कुपित गरी अनेक रोग उत्पन्न गर्छन् । अमिलो पदार्थले शरीरलाई शिथिल गरेर पुरुषत्व क्षीण गर्दछ । यस्ता पदार्थहरू एकदम हानि

हुने जस्ता प्रतीत हुन्नन् । तर धेरै दिनसम्म व्यवहार गर्दै रहनाले शरीरमा अन्य व्याधी प्रवेश गर्न योग्य परिवर्तन ल्याइदिन्छन् । यस्ता पदार्थ ज्यादा कम मात्रामा मात्र उपयोग गर्नुपर्छ ।

संयोग विरुद्ध भोजन

जसरी एकै पदार्थमा प्रकृति र ऋतुभेदबाट पथ्य र अपथ्य दुवै गुण हुन्छन् त्यसरी नै त्यसको रासायनिक संयोगबाट पदार्थको धर्म गुण बदलिएर त्यसमा तेस्रो गुण उत्पन्न हुन्छ, जुन यदाकदा हानिकारकै हुन सक्तछ, जस्तो मधु हितकारक पदार्थ हो तर यदि त्यसमा तातो घिउ या कुनै पनि तातो वस्तु हालेर खाइयो भने हानिकारक हुन्छ । दूध पथ्य भए पनि मूला, मूगीको ढाल, नूनका साथ खाइयो भने हानिकारक हुन्छ । घिउ हितकारक भए पनि काँसको भाँडामा १ दिनसम्म राखिएको छ र सो घिउ खाइयो भने महान् हानिकारक हुन्छ । मूला, लहसून, तुलसी या सेजनाको साथ दूध खानाले कुष्ठ जस्तो भयंकर रोग उत्पन्न हुन्छ । अमिलो फल, मूला र दूध एकै साथ खानाले रोग उत्पन्न भएको न देखिए पनि कालान्तरमा रोगले आक्रमण गर्दछ । हाम्रो शरीरमा कतिपय रोग यस्तै संयोगज-विषको कारणबाट उत्पन्न हुन्छन् ।

मोटो शरीर भएकालाई पथ्यापथ्य

स्वास्थ्यको परीक्षा शरीरको मोटोपन र दुब्लोपनबाट हुँदैन । कतिपय दुब्ला मानिसहरू शक्तिशाली हुन्छन् । कतिपय मोटा व्यक्तिहरू एकदम अशक्त हुन्छन् । अत्यन्त मोटोपन र अत्यन्त दुब्लोपन दुवै रोगको चिह्न हो । यद्यपि खानु पिउनुको युक्तिले त्यसमा सुधार हुन सक्तछ । तर दुर्बल मनुष्य जति सहज तरीकाले बलवान् हुन सक्तछ त्यति नै सहज तरीकाले मोटो व्यक्ति दुब्लो हुन सक्तैन ।

अधिक पौष्टिक र मांसवर्धक, घिउ, तेल आदि पदार्थ अधिक परिमाणमा खानाले त्यस अनुपातमा शरीरलाई व्यायाम या श्रम न मिल्नाले बोसो बढेर शरीरलाई मोटो, न राम्रो र शक्तिहीन बनाइदिन्छ । स्वस्थ मनुष्यको शरीर रातो, गठिलो र स्थितिस्थापक स्नायुहरूले बनेको हुन्छ । अत्यन्त मोटोपनले शरीरलाई भद्दा तथा असमर्थ बनाइदिन्छ ।

घिउ, तेल, मलाई, चिनी, पीठो, चामल, मकै, मैदा, केरा, आँप, बदाम, पेस्ता, छोहरा आदि बोसो बढाउने चीज हुन् ।

गहुँ, जौ, मुगी, चना, आदि हलुका पदार्थ, पानी मिलाएको मह, दहीको पानी या मट्ठा, आसव आदि मेद रोगीको लागि पथ्य हुन्छ ।

व्यायाम, उपवास, जागरण धेरै सोचविचारले पनि शरीरको स्थूलता कम हुन्छ । पोषणमा हलुका पच्ने भारी यस्ता पदार्थ मेद रोगीलाई पथ्य हुन्छ ।

अथवा- सुठो पानीमा पिनेर दूधमा मिलाएर नस दिनाले शिरपीडा ठीक हुन्छ या सुठो र चाकु पिनेर नस दिनाले, या पीपल र सिधेनून पानीमा घोटेर २-३ थोपा नाकमा हाल्नाले शिर पीडा तत्कालै ठीक हुन्छ ।

अथवा- बोझो र पीपलको चूर्ण पोटली बाँधेर सुँध्नाले सूर्यावर्त र अर्धकपाली ठीक हुन्छ । भाँगको रस र बाख्राको दूध समभाग लिएर दूवै मिलाई घाममा तताएर नस दिनाले सूर्यावर्त शिरपीडा ठीक हुन्छ ।

अथवा- रातीगेडीको जरा पानीमा घोटेर त्यसलाई सुँध्नाले अर्धकपाली ठीक हुन्छ ।

अथवा- छोहराको गुदी घोटेर कपालमा लगाउनाले पनि शिरपीडा ठीक हुन्छ ।

स्वरभेद या घाँटी बस्नु

अजबायन (ज्वानो), हलेदो, चीता (चितु पनि भनिन्छ)- को बोक्रा, जवाखर र अमलालाई समभाग गरी पिचु । १-३ मासासम्मको मात्रा गरी (विषमभाग) घिउ र महसँग चाट्नाले श्वरभंग आराम हुन्छ ।

अथवा- सानो हरो र सानो पिपला समभाग गरी पिसी मुखमा राख्नु अथवा बाह्री, बचा (बोझो), सानो हरो, असुराको पात, पिपला समभाग गरी पिचु । २-४ मासासम्मको मात्रा गरी महमा मिसाएर चाट्नु स्वरभेद आराम हुन्छ । यही सारस्वतचूर्ण हो ।

अथवा- मिश्री र सूठो समभाग पिनेर महसँग मिलाएर गोली बनाउनु । यो गोली मुखमा राखी चुस्नु स्वर बसेको ठीक हुन्छ ।

अथवा- थोरै हिड गरम पानीसँग पिउनाले गला खुल्दछ ।

केही स्त्रीरोगहरू

प्रदरमा

ज्यादा नुनिलो, पियो, अमिलो, दाह गर्ने पदार्थ खानाले, अधिक मैथुन या गर्भपात हुने आदि कारणबाट प्रदर रोग हुन्छ । यो रोग दुई प्रकारको हुन्छ- रक्तप्रदर तथा श्वेतप्रदर । रक्तप्रदरमा रगतजस्तो रातो पदार्थ बहन्छ र श्वेतप्रदरमा सेतो पानी बहन्छ ।

अशोकको बोक्रा ४ तोला एक हाँडीमा १२८ तोला पानी हालेर मन्द आगोमा पकाउनु । ३२ तोला पानी बाँकी भएपछि ३२

तोला नै दूध मिलाउनु र फेरी पकाउनु । पाक्दा दूधमात्र बाँकी रहेपछि झिक्की सेलाएपछि त्यसबाट १६ तोला दूध झिकेर बिहान-बिहान पिउनु प्रदर ठीक हुन्छ । यो अमोघ औषधी हो ।

अथवा- गूलरको फल सुकाई, पिनी, छानी समभाग मिश्री मिलाई एक सिसाको भाँडामा राख्नु । यो चूर्ण एक-एक तोला बिहान-बेलुका दूध या पानीसँग खाने गर्नु रक्तप्रदर ठीक हुन्छ ।

१ तोला धजैगको फूलको काढा पकाएर खानु, स्त्रीजातिको रक्तप्रदर, श्वेतप्रदर र अलकाई नष्ट हुन्छ ।

अथवा ३ मासा धजैराको फूल पिथी महसँग खानाले रक्तप्रदर रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- पाकेको केरा र अमलाको स्वरस दुई तोला लिएर ती दुवै चीजभन्दा दुई गुणा चिनी मिलाएर १५ दिन सेवन गर्नाले अथवा बिहान-बेलुका ५-५ गुलाफको फूल, ३-३ मासा मिश्रीसँग खाएपछि गाईको दूध पिउनाले १५ दिनमा प्रदर धातुविकार, मूत्राशयको दाह, रगतो पिसाब हुनु आदि ठीक हुन्छ ।

अथवा- शतावरी (कुरिलो) को रस महमा मिलाएर पिउनु या नीमका बोट्राको रसमा सेतो जीरा मिलाएर पिउनाले रक्तप्रदर आराम हुन्छ ।

अथवा- काकजंघाको जरोको रसमा लोधचूर्ण र मह मिलाएर पिउनाले श्वेतप्रदर निश्चय ठीक हुन्छ ।

अथवा वंशलोचन, नागकेशर र कपूर यी सबै मिलाएर चूर्ण बनाउने र चौलानी पानीसँग खाने गरेमा श्वेतप्रदर रोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- रामतोरियाँको सुकेको जरो १० तोला, पिंडालु न सुकेको १० तोला पिनेर छात्रु । यसबाट ६-६ मासा चूर्ण एक पाउ

दूधमा एक तोला मिश्री मिलाएर वा मिश्री पानीसँग २० दिनसम्म खानाले श्वेतप्रदर आराम हुन्छ ।

पाकेको केरा दूधमा मुछेर केही दिनसम्म लगातार सेवन गर्ने गर्नाले रक्तप्रदर निको हुन्छ ।

अथवा - बिहान बेलुका एक-एक ओटा पाकेको केरा ६ मासा घ्यूसँग लगातार खाने गर्नाले केही दिनमै रातो र सेतोप्रदर निको हुन्छ । यदि चिसो भएको महसूस भयो भने यसमा ४-५ थोपा मह मिसाएर खानु ।

अथवा अशोक वृक्षको बोक्रा गाईको दूधमा पकाएर बिहान बेलुका लगातार खाने गर्नाले कस्तै प्रदर पनि निको हुन्छ ।

अथवा जेठीमधु २० ग्राम, चिनी २० ग्राम चौलानीसँग पिसनु र खालिपेटमा बिहान बेलुका खाने गर्नु, यसको केही दिनसम्म प्रयोग गरिरहनाले सेतो प्रदरका साथै रातो प्रदर पनि ठिक हुन्छ ।

अथवा- डुम्रीको गुदी, शतावरी, मुलेठी, खरेटीको बोक्रा, बबुलको फल (यी सबै) चीज समानभाग मिलाएर कुटी छानी आठ आनाभर बिहान बेलुका (२ पल्ट) १ महिनासम्म खाने गरेमा निको हुन्छ । औषधी प्रयोगकालमा संभोग वर्जित छ ।

अथवा- नीमको बोक्राको रसमा जिराको धूलो मिलाएर केही दिन खानाले प्रदर निको हुन्छ ।

अथवा- वंशलोचन, नागकेशर र कपूर यी सबै मिलाएर चूर्ण बनाउने र चौलानी पानीसँग खाने गरेमा श्वेतप्रदर रोग ठिक हुन्छ ।

अथवा- कपासको पातको रस, चौलानीसँग मिलाएर खाने गर्नाले रक्तप्रदर निको हुन्छ ।

अथवा- कपासको जरो सफासँग धोएर चौलानीमा पिसी खानाले सेतोप्रदर निको हुन्छ ।

अथवा भेडेरीको सुकेको जरो १० तोला, सुकेको पिंडालु १० तोला कुटेर-पिसी छात्रु र २० मासा चूर्ण पाउभर गाईको दूधमा १ तोला मिश्री मिलाएर खानु, सेतो प्रदरमा निकै लाभ गर्दछ ।

अथवा- नीमको तेल गाईको दूधमा मिलाएर खानाले प्रदर रोग निको हुन्छ ।

अथवा- पानीअमलाको जरो र बीउ चौलानीमा पिनेर छानेर पिउनाले प्रदर तथा पुरुषहरूको पिसाबमा रक्त आउने ठीक हुन्छ ।

अथवा- असुराको स्वरस, गुर्जेको स्वरस मह मिलाएर पिउनाले या नागकेशर चौलानी पानीसँग पिनेर मिश्री मिलाएर पिउनाले प्रदर रोग निश्चय ठीक हुन्छ ।

अशोकघृत पनि प्रदरको अमोघ औषधी हो ।

अथवा - अशोकारिष्टसँग चन्द्रप्रभावटीको सेवन गर्नाले प्रदर आदि स्त्रीरोगमा अतिलाभदायक छ । ऋतुशूलमा योगराज गुग्गुलु का साथ सेवन गर्नाले उत्तम हुन्छ । गर्भाशयको शिथिलताको कारणबाट हुने अधिक रक्तस्रावमा यसको उपयोग उत्तम हुन्छ ।

सोमरोग

स्त्रीयोनिबाट गन्धरहित सफा, सेतो र पीडा रहित जलीय पदार्थ अधिक मात्रामा बहन्छ, पिसाबको वेग रोक्न सकिंदैन, बहुत कमजोर र बेचैनी हुन्छ । मस्तिष्क शिथिल हुन्छ, मुख र तालु सुख्ख, मूर्छा हुन लाग्छ । छाला रूखो हुन्छ, प्रलाप हुन्छ, खाने पिउने पदार्थबाट कहिले तृप्ति मिल्दैन, यसलाई सोमरोग भन्दछन् । यो पुरुषहरूको बहुमूत्र रोगजस्तै हो । सोमरोगको पहिलो अवस्थामा पानी जस्तो

पदार्थ सोम (धातु) बहन्छ, तर पुरानो भएपछि बारंबार पिसाब हुन्छ । प्रदररोग गर्भाशयको रोग हो । यो रोग मूत्रनलीको रोग हो । यसको औषधि- रामतोरियाँको जरा, सुकेको पिंडालु, सुकेको अमला, सुकेको बिदारीकन्द ४-४ तोला, मासको चूर्ण २ तोला, जेठीमधु २ तोला यी सबै पिनी छानी ६-६ मासा बिहान-बेलुका खाई पछि गाईको दूध पिउनाले सोमरोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- पाकेको केरा, अमलाको स्वरस, मह, मिश्री सबै मिलाएर खानाले सोमरोग या मूत्रातिसार निश्चय ठीक हुन्छ ।

अथवा- शतावरी (कुरिलो) चूर्ण खाएर पछि दूध पिउनाले या अमलाको बीज पानीमा पिनी चिनी मिलाएर पिउनाले मूत्रातिसार र सोमरोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- ६ मासा नागकेशर ७ दिनसम्म पिउनाले र मोहीका साथ भात खानाले श्वेतप्रदर र सोमरोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- मासको घीठो, पाकेको केरा, जेठीमधु, बिदारीकन्द, मिश्री, शतावरीको जरा सबै मिलाएर प्रातःकाल दूधसँग खानाले सोमरोग ठीक हुन्छ ।

गर्भ न रहनको लागि

गर्भ नरहोस् भन्नको लागि सम्भोग गर्नुभन्दा पहिले प्याजको रस लिङ्गमा लगाएर सम्भोग गर्दा गर्भ रहँदैन ।

अथवा- दुई-दुई तोलाको मात्रा गरेर मनतातो पानीसँग बेसार खाने गरेमा गर्भरहँदैन ।

अथवा- ब्रह्मस्त्रान (रजस्वला) भएको चारौँदिन पछि अरिठको एउटा दानाको गुदी खानाले एक वर्षसम्म गर्भ रहँदैन । दुईवटा दाना खानाले दुई वर्षसम्म गर्भ रहँदैन ।

अथवा - हात्तीको सुकेको लिँड ३ ग्राममा मह मिलाई केही दिनखानाले आजीवन गर्भनिरोध हुनजान्छ ।

अथवा - नौसादर र फिट्किरी समानभाग लिई महमा मिलाई रजस्वला भएको चार दिन पछि योनीभित्र राख्नु त स्त्री बाँझी हुन्छिन् ।

अथवा- संभोग गर्नुभन्दा अगाडि छायाँमा सुकाएको पतिनाको चूर्ण ९ ग्राम पानीसँग सेवन गर्नाले गर्भ निरोध हुन्छ ।

अथवा - सयो र तिल मिलाई पिसी खाएमा गर्भ रहँदैन ।

अथवा- सिँहुडीलाई टुक्का बनाएर छायाँमा सुकाई आगामा जलाउनु र त्यसको खरानी ३ ग्रामको मात्रा बनाई महकासाथ २१ दिनतक खानाले गर्भ रहँदैन ।

अथवा- मैथुनका समयमा नौमको तेलमा नून पिसी मिलाई लिङ्गमा लेपन गरी संभोग गर्दा गर्भ रहँदैन ।

अथवा- फिट्किरी, सिधेनून, मिश्री, असली नुहाउने साबुनको धूलो सब एकत्र गरी पिसी महमा मिलाई संभोगका समयमा लिङ्गमा राम्ररी लगाउनाले शुक्राणुहरू मरी गर्भ निरोध हुनजान्छ, साथै संभोगमा आनन्ददायक पनि छ ।

अथवा- स्त्री रजोधर्म भएको पहिलो दिनदेखि उन्नाइसौँ दिनतक बेसार पिसी तातो पानीसँग खाने गर्नाले गर्भ रहँदैन ।

अथवा - पुत्रवती स्त्रीले आफ्नो छोराले पिशाव गर्ने बित्तिकै तुरन्त यही ठाउँमा पिशाव गरिदिनाले गर्भ रहँदैन । (यो अचम्मको कुरा छ)

अथवा- मासिकश्राव भएको चार दिन पछि पाँच दिनतक हिँड पिसी खानेतेलमा फेटी वा फुराई खानाले गर्भ रहँदैन ।

अथवा- तीनवर्षको पुरानो गुँडका साथ मासको दाल पिसी केही दिन खानाले गर्भ रहँदैन ।

अथवा प्रत्येक महिना खच्चडको पिशाब र फलाम निभाएको पानी खानाले गर्भ रहँदैन ।

अथवा- फलाम निभाएको पानी मात्र खाए पनि गर्भ रहँदैन ।

अथवा पलाँशको बीजलाई खरानी बनाई चिसो पानीसँग स्त्रीले पिउने गरेमा गर्भ रहँदैन ।

अथवा स्त्री रजस्वला भएको चार दिनका दिनदेखि पलाँशको बीजको भस्म र हिँड पिसेर दूधका साथ ३ दिनसम्म खानाले कदापि गर्भ रहँदैन ।

अथवा रजस्वला भएको आइमाईले पलाँशको बीउ पानीमा पिसेर तीनदिनसम्म अन्दाजी २० ग्राम जति पिउने गर्नाले निश्चय नै बन्ध्या हुन्छन् ।

अथवा दुई दुई तोलाको मात्रा गरेर मनतातो पानीसँग बेसार खाने गरेमा गर्भ रहँदैन ।

अथवा ३ वर्षको पुरानो गुँड १५ दिनसम्म ४ तोला को हिसाबले बिहान बेलुकी खानाले जिन्दगीभर गर्भनिरोध हुन्छ ।

अथवा यदि स्त्री रजस्वला भएको चारदिन पछि अस्वगन्धाको सातओटा जोडी खान्छन् भने कहिल्यै पनि गर्भवती हुँदैनन् ।

अथवा - मेथी, गाजर र सोयाबीनको बीज समानभाग लिएर पिसनु, अनि चिसो पानीसँग बिहान बेलुकी (१४ दिनतक) खानाले गर्भ रहँदैन ।

अथवा पलाँशको बिउ पिसी मह र घ्यू (विषम भागमा) मिलाई स्त्री पन्छिएका समयमा योनीभित्र राख्नाले फेरी गर्भ रहन्न ।

अथवा- हात्तीले गोब्याउने बित्तिकैको लिंड निचोर्नु र सो निचरेको र ३ तोला रसमा अलिकति मह मिलाई स्त्री पन्छिएका चारौंदिन पछि ३ दिनसम्म सेवन गर्नाले फेरि गर्भ रहँदैन । जसलाई बाँझी हुन मन लागेको छ उसैले मात्र यो औषधी प्रयोग गर्नु ।

गर्भ न रहोस् भन्नको लागि सम्भोग गर्न भन्दा पहिले प्याजको रस लिङ्गमा लगाएर सम्भोग गरेमा गर्भ रहँदैन ।

अथवा- स्त्रीले ऋतुदिन पछि हरेकदिन एउटा त्वाङ्ग निल्ने गर्दछे भने कैल्यै पनि गर्भ रहँदैन ।

अथवा- नौसादर र फिट्करी समानभाग लिई महमा मिलाई रजस्वला भएको चार दिन पछि योनी भित्र राख्नु त बाँझी हुनसक्छे ।

अथवा- फिट्किरी र मह मिलाई स्पञ्ज वा कपासमा भिजाई योनीभित्र घुसारी दिनाले गर्भ रहने संभावना एकदम कम हुन्छ ।

अथवा- फिट्किरी र मह मिलाई उपरोक्त तरिका अनुसार स्त्रीले योनी भित्र राख्ने र पुरुषले पनि आफ्नो पुरुषाङ्गमा लगाउनाले गर्भ रहँदैन ।

अथवा- ऋतुमती स्त्रीले गुडहल (गुलर) को फूललाई काँजीमा पिसेर त्यसमा ३ वर्ष भएको पुरानो गुँड मिलाएर तीनदिनसम्म सेवन गर्नाले गर्भ रहँदैन ।

नोट- यस्तै अरूपनि विस्तृत विवरण जान्न चाहनु हुने युवक युवतीहरूले मैले लेखेको - *जीवन संदेश* नामक पुस्तक पढ्नु होला हाल यो पुस्तक अप्रकाशित नै छ- संपादक ।

गर्भ तुहाउनु परेमा

गर्भिणी अति रोगी छ र गर्भ रहेर उसको जीवन शंकट अवस्थामा

पर्ने छ भने मात्र गर्भ न तुहाइन, खबर्दार! कामुक वा व्यभिचारीले यस्तो कार्यमा हात अगाडि न बढावोस् । अन्यथा यसको हानि नोक्सानीको जिम्मेवार स्वयं हुनेछन् ।

छिउँके झार पिँधेर महमा मिलाई गर्भिणीको नाभीमा लेप गर्नाले (१ २ महिनाको) गर्भ गिर्न सक्दछ ।

अथवा- हिङ्गर कालो जिरा खाने गरेमा रहेको गर्भ तुहिनसक्छ ।

अथवा- २ तोला निम्को बोक्रा, ४ तोला सुठो र २ तोला सरखरको काढा बनाएर (पकाएर) पिउनाले रोकिएको मासिक खुल्दछ, साथै १ २ महिनाको गर्भ भए तुहुन पनि सक्दछ ।

अथवा- २ मासा ज्वानाको चूर्ण दिनको २ पटक तातोदूधसँग खानदिनाले स्त्रीको रोकिएको रज खुलेर आउँछ, साथै १ २ महिनाको कच्चा गर्भ निक्कन सक्दछ ।

स्त्रीले नचाहँदा नचाहँदै पनि गर्भ रहन गएमा हिङ्गर कालो जिरा खाने गरेमा रहेका गर्भ तुहिन सक्छ ।

अथवा- नौसादर १ मासाको मात्रामा दिनको ३ पटक खानाले मासिकधर्म खुलेर आउँदछ ।

अथवा- इन्द्रेणीको जरो सिलौटामा खूब मसिनो गरी पिसी बाती जस्तो बनाई छायाँमा सुकाउनु, अनि सुकेपछि योनीभिन्न (गर्भाशयमा पुग्ने गरी) पसाल्नु, १ २ महिनाको गर्भ गिर्न सक्दछ ।

अथवा- कमलको जरो पिसेर केही दिनसम्म खानाले या गर्भ न गिरिउञ्जेल सेवन गर्दैगर्नाले रोकिएको रज खुलाउनुका साथै १-२ महिनाको गर्भ गिर्न सक्दछ ।

अथवा- पुरानो (कमसेकम ३ वर्ष पुगेको) गुँडका साथै कालो तिल पिसेर कपडछान गरी (वा त्यत्तिकै) सो रस मन्द मन्द आगोमा पकाई जब सुकेर गाढा जस्तो हुन्छ तब उतार्नु र चिसो बनाई केही

दिनसम्म सेवन गर्नाले महिनावारी न भएको रजस्वला हुन्छन् ।

अथवा- सुठो ३ ग्राम, लसुन १५ ग्राम दुबैलाई पानीमा पिसी छानी पकाउनु, अनि गाढा जस्तो बनेपछि उतारी सो औषधी (यो एक मात्रा हो) जबतक गर्भाशय शुद्धि हुदैँन तबतक खाइरहने गर्नाले रज खुल्लुका साथै १-२ महिनाको गर्भ भए गिर्न सक्दछ ।

अथवा- ७० ग्राम जति तिल खूब मैदा गरी पिसी २४ घण्टासम्म पानीमा भिजाइ राख्नु, अनि कपडछान गरी सो औषधी-रस केही दिनसम्म सेवन गर्नेगर्नाले गर्भ गिर्न सक्दछ ।

अथवा नीमको बोक्रो २ ग्राम, सुठो ४ ग्राम पिसु, कपडाछान गरी २ तोला पुरानो गुड मिलाई हाँडोमा डेडपाउ जति पानीमा राखी मन्द-मन्द आगोमा पकाउनु, चौथाइ भाग जति रहेपछि उतार्नु, अनि आवश्यकतामा अर्थात् बिहान बेलुकी खाली पेटमा केहीदिनसम्म सेवन गर्ने गर्नाले रज खुल्लुका साथै १-२ महिनाको गर्भ तुहुन सक्दछ ।

अथवा मूलाको बीउ, गाजरको बीउ, मेथीको बीउ १६-१६ ग्राम (बराबर) लिई मिलाई पिसनु, छात्रु र राख्नु । करीब ३ ग्राम जतिको मात्रा लिई बिहान बेलुकी खाने गर्नाले रज खुलाउनुका साथै धेरै दिनसम्म सेवन गरिरहे गर्भ गिर्न पनि सक्दछ ।

अथवा बेथेको बीउ अन्दाजी ४ ५ मुठी लिई पिसनु र २ माना जति पानीमा राखी मन्द आगोमा पकाउनु, गाढा हुन थालेपछि उतार्नु, मनतातो छँदै पिउनु, (यो एक मात्रा हो, आवश्यक र झन्झटबाट बच्नको लागि यही मात्रा अनुसार अलिधेरै बनाएर राख्ने र खाने बेलामा तताई खानुमा समयको बचत हुन सक्दछ । यो औषधीको प्रयोगले १ २ महिनाको गर्भ झर्न पनि सक्छ

त्रा- छतिवनको बोक्रा खूब मैदा गरी पिसी करीब १ माना

जतिको अनुपातमा १०-१२ दिनसम्म सेवन गर्नाले २-३ महिनाको गर्भ गर्न सक्छ ।

यस्तै प्रकारले रजावरोन्धान्तक कैप्सुल, रज प्रवर्तिनी बटी, ऋतुखोल, नष्टपुष्पान्तक रस आदि गरिएका औषधीहरू पनि रज खुलाउनमा प्रयोग गर्ने गर्दछन् ।

मासिकधर्मसम्बन्धी रोग

यो रोग प्रायः तीन प्रकारको हुन्छ । एकथरी रक्त न आउने हुन्छ, अर्कोथरी कम रगत हुने वा बढी रगत हुने हुन्छ, तेस्रो रजोधर्म कष्टसँग हुने हुन्छ । यसलाई ऋतुशूल भन्दछन् । ऋतुकालभन्दा ३-४ दिनपहिले नै कम्मर दुख्ने हुन्छ । आलस्य, बेचैनी, पेट दुख्ने यी लक्षण हुन थाल्दछ । शिरपीडा, हृदयकंपन, पेट भारी हुनु आदि हुन्छ । यो कष्ट रजोधर्म हुने भन्दा ४-५ दिन पहिले नै दुख्न थाल्छ र रजोधर्म भएपछि बन्द हुन्छ ।

कालो तिल ३ मासा, नारंगी ३ मासा, त्रिकुटा ३ मासा यी सबैको काँडा बनाएर त्यसमा गुड या सख्खर मिलाएर बिहान-बेलुका नित्य पिउनाले रोकिएको मासिकधर्म हुन थाल्दछ । यदि शरीरमा रगतको कमी छ भने दूध, घिउ, मिश्री खाएर पछि काँडा पिउनुपर्छ । यसले छिट्टै रजोधर्म हुन्छ । रूखो पदार्थ खानु हुँदैन । मास, दूध, दही, गुड आदि पदार्थ अधिक मात्रामा खानुपर्छ ।

अथवा- मालकागुन, रायो, विजयसालको काँडा, वच (बोझो) समभाग लिएर पिनेर छान्नु । मात्रा ३ मासा प्रातः, सायं ठंडा जल या काँचो दूधसँग खानाले बन्द भएको रजोधर्म निश्चय नै खुल्दछ ।

अथवा- अनार खानाले खूब लाभ हुन्छ । योगराज गुग्गुल सेवन गर्नाले वीर्य र आर्तवसम्बन्धी रोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- मूलाको बीउ, गाजरको बीउ, मेथीको बीउ तीनैलाई एक-एक छटाक लिएर पिनी छानेर त्यसबाट ३-६ मासा चूर्ण तातो पानीसँग खानाले ४-५ दिनमा बन्द भएको मासिकधर्म खुल्दछ ।

मासिकधर्म (रजस्वला) को कष्टमा

काफलको बोक्रा, केशर, कालो तिल र पुरानो सखर मिलाई १-२ मासाको मात्रा तिलको काढासँग खाने गर्नाले मासिकधर्मको कष्ट र गर्भाशयको दोष आदि नष्ट हुन्छ । यो औषधी खाएको केहीबेर पछि मात्र भोजनादि गर्नु ।

अथवा- काफलको बोक्रा खूब मसिनो गरी पिसी बत्ती जस्तो बनाई योनी मार्गमा राख्नाले मासिकधर्म ठिक हुन्छ ।

अथवा- यी औषधी बनाउन झन्डोट लागेमा यी तल लेखिएको औषधी चिकित्सकको परामर्शानुसार रंन गर्नु ।

नष्ट पुष्पान्तक रस या रज प्रवर्तिनी बटी - (आयु०)

यसको सेवनले मासिकधर्म रोकिएको अथवा कष्टका साथ थोरै थोरै श्राव भएमा र उमेर पुगेर पनि रजस्वला न भएमा र कहिले छिटो कहिले ढिलो हुने आदि रोगहरूमा पनि फाइदा गर्दछ ।

अथवा- रायोको गेडा पिनेर पानीसँग खाने गरेमा मासिकधर्मको गडबडी ठिक हुन्छ ।

अथवा- मनतातो पानीसँग हिङ खाने गरेमा मासिक धर्म सजिलैसँग खुलाइदिन्छ ।

अथवा- घिउकुमारीको रस (गुदी) मिश्रीसँग खाने गरेमा मासिकधर्म रक्तश्राव हुँदा पेट, कट्टी दुख्ने रोगमा ठिक गर्दछ ।

अथवा- १ तोल काफल पानीमा उमालेर खाने गरेमा मासिक-धर्म ठिक हुन्छ ।

मासिकधर्म हुँदा रगत धेरै आएमा

फलाम तताएर दूधमा ५/६ पटक डुबाउँदै जाने र ५/६ पटक तताउने र ५/६ पटक नै डुबाउने र त्यो दूध रोगीले खाएमा त्यस्तो रोग ठिक हुन्छ, यो क्रम ६-७ दिन जति गर्नुपर्दछ ।

ऋतुशूल

अर्थात् मासिकधर्मको बेलामा पेटमा पीडा हुने रोगमा अगस्ति-फूलको जराको बोक्रा आधा तोला, मरीच १० दाना पिनेर गोली बनाउनु, ऋतुकालभन्दा २-३ दिन पहिलेदेखि र ऋतुकालपछि पनि ३-४ दिनसम्म सधैं तातो पानीसँग एक एक गोली खानाले ऋतुशूल आराम हुन्छ । यो अमोघ औषधी हो । यसको साथसाथै ऋतुकालको बेला २-३ दिन पहिलेदेखिनै एक हप्तासम्म तातो पानीको टबमा नित्य आधा घण्टा नाभिसम्म डुबाएर बस्नु झन् छिटो आराम हुन्छ ।

अथवा- लहरा भएको कन्टकारीको कोपिला १, मरीच २७ दानासँग ५-७ दिनसम्म ऋतुकालमा खानाले पनि ऋतुशूल आराम हुन्छ ।

अथवा- सेतो आँकको जराको बोक्रा २ तोला, मरीच आधा तोला बासी पानीसँग पिनेर २-३ दिनसम्म खानाले रक्तप्रदर आराम हुन्छ ।

बृहत् फल घृत

यो आयुर्वेदीय पेटेन्ट औषधी हो । यो निरोग र हिस्टेरियाको राम्रो औषधी हो । पोषणको लागि पनि लाभदायक छ । गर्भ न रहने गरेको, थोरै आयुमा बालक मर्नु, बच्चा सानो जन्मनु यी सबै दोष ठीक हुन्छन् ।

गर्भ न रहेकोमा

धतुराको बोटको एक टुक्रालाई धोई पखाली खुब मसिनो गरी पिसी घोनीमा राखेर सम्भोग गरेमा गर्भरहन सक्दछ ।

अथवा खाली पेटमा तुलसीको रस या बीज खाने..... गर्नाले गर्भ रहने सम्भावना रहन्छ ।

अथवा- रजस्वला भएपछि १६ दिनभित्र समरात्रीमा भरसक शुक्लपक्षको तिथि नक्षत्र पारी बरको दारी ३ ४ मासा पिंघेर श्रीमतीलाई खान दिनु र सोहीदिन रात्रीमा सम्भोग गर्नु छोरो पैदा हुनसक्छ ।

गर्भ तुहुने शंकामा

६ मासा बरको बोटका पानीमा पिंघेर पिलाउनु गर्भ तुहुंदैन ।

गर्भभित्रै मरेको बालक निकाल्नु परेमा

गाईको निरोगी ताजा गोबरको सात तोला रस निकाली छात्री १ माना गाईकै दूधमा मिलाएर खानाले बालक निस्कन सक्छ ।

गर्भाशयको शुद्धिमा

विभीराको बियाँ १ मासा, सिमलको जरा ३ मासा, गाईको दूधमा पिंघी नछुने भएको ४ दिनदेखि स्नान गरेर ४ दिनसम्म खानाले गर्भाशयको शुद्धि हुन्छ र विभीराको र अरिणको १/१ वटा दिउल (गेडा ध्यूसँग) पिंघेर सेवन गर्नाले गर्भ रहनसक्छ ।

गर्भावस्थाको बाक्वाकीमा

१ मासा धनियाँको काँढामा मिश्री र चौलानी मिलाई पिउनाले गर्भवतीको बाक्वाकी ठीक हुन्छ

अथवा-

चौलानीसित मिश्री मीसि धनिजाँ कूटेर चाट्नी पिए
गर्भीणीहरुको सबै वमन नै रोकिन्छ जानी लिए ।

गर्भमा छोरो छ कि छोरी छ ? भन्ने जान्ने उपाय

गर्भवतीका गर्भ हुने दिन पूरा भएपछि (आराम लिएको बेलामा)
छातीमा हात राखी बिचार गर्नु, १ मिनेटमा १४० पटक छाना धड्के
छोरी र १२४ चोटि धड्के छोरो हुन सक्छ ।

शीघ्र प्रसव हुने उपाय

कहिले-कहिले बालक जन्मने समयमा ढिला हुन्छ कष्ट हुन्छ ।
यस्तो अवस्थामा चुम्बकवा पत्थर कपडामा बाँधेर या बेरेर स्त्रीको
बायाँ जाँघमा बाँधिदिनाले या बायाँ हातमा समाउनाले केही समयभित्र
बालक जन्मन्छ । यो अनुभूत उपाय हो ।

अथवा- १८ मासा अमलतासको बोक्राको काँढा पकाएर
स्त्रीलाई पियाउनाले नाल र बच्चा सजिलैसँग निक्लन्छ । कुनै
गर्भवतीलाई वमन बढी हुन्छ भने धनिचाँ चूर्ण खाएर पछि मिश्री
मिलाएको चौलानी पिलाउनुपर्छ ।

अथवा- अपामार्गको जरो स्त्रीको कम्मरमा बाँधिदिनाले पनि
बालक छिट्टै जन्मन्छ । पछि सालनाल निक्लेपछि बाँधेको
फुकाइदिनुपर्छ ।

अथवा- इन्द्रायणी जरो या अपामार्गको जरो मसिनो गरी पिनेर
घिउमा मिलाएर योनिमा राखिदिनाले पनि बालक सुखसँग जन्मन्छ ।

अथवा- कालो सर्पको काँचुली डढाएर धूवाँ योनीमा दिनु ।

अथवा- घोडाको बालको धूलो आगोमा हाली योनीमा धुवाँ दिनाले बालक छिटो पैदा हुन सक्दछ ।

अथवा कण्टकारीको जरो हात - पाउमा बाँधिदिनु, बालक छिटो पैदा हुनमा मद्दत गर्दछ । (बालक पैदा हुनासाथ सो जरो तुरुन्त निकालिदिनु) ।

बाँझी स्त्री गर्भिणी हुने उपाय

निर्गुण्डीका रसमा गोखूरको बीज मिलाई सात मात्रासम्म यो औषधी खाई समरात्रीमा संभोग गर्नाले बाँझी स्त्री गर्भिणी हुन सक्दछे ।

अथवा- सूर्यमुखी फूलको जरो डोरीमा बाँधेर हातमा या शिरमा बाँध्नाले पनि बालक छिट्टै जन्मन्छ ।

अथवा- निम्नलिखित मन्त्र अभिमन्त्रित जल पियाउनाले पनि बालक छिट्टै गर्भबाट निकलन्छ :-

मुक्ताः पाशाविषाशाश्च मुक्ताः सूर्येण रश्मयः ।

मुक्ताः सर्वभयाद्गर्भ एहोहि मा चिरं स्वाहा ॥

-(यस मन्त्रका रक्षयिता च्यवनऋषि हुन्) ।

अथवा हतियारले खनेको अपामार्गको जरो व्यथा लागेको बखतमा कम्मरमा रातोधागोले बाँधिदिनु, तुरुन्त बच्चा बाहिर निकलन्छ । बच्चा हुने (जन्मने) बित्तिकै कम्मरबाट खोलिदिनु (निकालिदिनु) नत्र भयङ्कर परिणाम हुन सक्दछ) ।

अथवा- लज्जावती (बहारीझार) को जरो र सहस्रजरीको जरो आइतवार या मंगलवार पारी अक्षताले पूजा गरी खनेर ल्याउनु र सुत्केरी हुनेवाली स्त्रीको कपालमा बाँधिदिनाले बच्चा पैदा हुन्छ ।

अथवा- खुर्सानि, बोझो र पिपला पानीमा पिंथी योनीमा लेप लगाइदिए पनि बालक छिटो पैदा हुन्छ ।

अथवा- विमिराको जरा कम्मरमा बाँध्नु ।

अथवा- कण्टकारीको जरा, हात पाउमा राखिदिनु ।

अथवा मरेको गाईको निधारको हड्डी प्रसुताको सिधा माथि छतमा वा दलिनमा राखिदिनाले छिटो बालक जन्मन्छ ।

अथवा- केराको गानु रातो कपडामा बाँधी स्त्रीको कम्मरमा बाँधिदिनु छिटो बालक जन्मन्छ ।

अथवा-

जेठिमधूको विमिरा जराको कुटी मसिनू चटनी सरिको ।
घीउ र फेरि मह मीसि खाउ पैदा भए बालक हेर्न जाउ ॥

सूतिका रोग

ज्वर, खोकी, प्यास, शरीर भारी रहनु, सूजन, शूल, अतिसार, प्रलाप, लक्षण सूतिका रोगका हुन् । सूतिका रोगमा वातनाशक आदि औषधी गर्नुपर्छ । यसको साथै खारेको घिउ सेवन गर्नुपर्छ । घिउ ८० तोला, दूध १२८ तोला, चिनी २०० तोला, पिनेको सूठो ३२ तोला सबै मिलाएर मन्द आगोमा पकाउनु, गाढा भएपछि त्यसमा धनियाँ ३२ तोला, सुप २० तोला, वायुविडंग, सेतो जीरा, सूठो, मरीच, पिप्ला, नागकेशर, नागरमोथे, दालचिनी, सानो अलैंचीको बियाँ, तेजपात यी सबको ४-४ तोला पिनेर मिलाई १० मिनेटसम्म पकाई ठीक भएपछि सफा माटाको भाँडामा राख्नु, ४ तोलाको मात्रा गरी सेवन गर्नाले सूतिकासम्बन्धी सबै उपद्रव शान्त हुन्छ ।

अथवा- सूठो, काकडसिंगी, पिप्लामूल सबै मिलाएर सेवन गर्नाले सूतिकाज्वर र वातरोग आराम हुन्छ ।

अथवा- सूठो एक तोला, मरीच २ तोला, पिप्पला ३ तोला, सिधेनून ६ तोला, जावित्री २ तोला, नीलोत्तुथो २ तोला सबै मिलाएर निर्गुण्डीको रसमा ३ घण्टासम्म खल गरी केराउबराबरको गोली बनाई १-१ गोली बिहान-बेलुका अदुवाको रसमा सेवन गर्नाले सबै प्रकारको सूतिकारोग आराम हुन्छ ।

सुत्केरीको दूध बढाउने उपाय

सेतो जीरा र बास्मती चामल दूधमा पकाएर केही दिनसम्म खानाले दूध बढ्दछ । दूधको कमीको कारण प्रायः कमजोरी र पौष्टिक भोजनको अभाव हो । कमलगट्टाको बीज पिनेर छानेको चूर्ण दूधसाथ खानाले दूध खूब बढ्दछ ।

अथवा- विदारीकन्दको स्वरस मह मिलाएर पिउनाले या दूधमा सेतो जिरा मिलाएर पिउनाले या शतावरी (कुरिलो) दूधमा पिनेर पिउनाले या तातो दूधसँग पिप्पला चूर्ण पिउनाले दूध खूब बढ्दछ ।

भूतोन्मादनाशक धूप

कपासको बियाँ, मयूरको प्वाँख, कंटकारी, शिवनिर्मात्य, तज, जटामसी, बिरालोको बिष्ठा, कालो सर्पको काँचुली हात्तीका दाँत, गाईको सिंग, ह्रींग र मरीच सबै दुई दुई तोला कुटेर एकै ठाउँमा मिलाएर शीशीमा राख्नु, यस धूपलाई आगोमा राखी धूप दिनाले पिशाच, राक्षस, देवताको आवेश र ज्वर आराम हुन्छ ।

अथवा- भालुको रौं, श्यालको रौं, लहसून, गोहीको काँडा, ह्रींग, बच, नरमूत्र यी सबै समभाग लिएर धुनि दिनाले भूत, प्रेत आदिको बाधा शान्त हुन्छ ।

अथवा- फलघृत सेवन र महाविष्णुतेल मालिस गर्नाले पनि

हिस्टेरिया, उन्माद, बंध्यापन आदि रोगमा फाइदा गर्छ । धैर्यपूर्वक एक महिनासम्म सेवन गर्नाले अवश्य फाइदा गर्छ ।

हिस्टेरिया

गर्भाशयको खराबी, रजस्वाव न हुनु या कम हुनु, पतिको निष्ठुर आचरण, अत्यन्त शोक गर्नु, अजीर्ण हुनु आदि कारणबाट युवती स्त्रीलाई एक किसिमको मृगी रोग हुन्छ । यसलाई हिस्टेरिया या घोषापस्मार भन्दछन् । यी दुवै रोगमा बहुत समानता छ । हिस्टेरियामा सर्वथा होशको अभाव हुँदैन तर मृगी रोगमा पूर्ण बेहोश हुन्छ । मृगीको रोगी रोग शुरू हुनुअघि चिल्लाउँछ तर हिस्टेरियाको बिरामी यस्तो गर्दैनन् । हिस्टेरिया हुनेको पेटमा माथिल्लोपट्टि गोला जस्तो प्रतीत हुन्छ तर मृगीको यस्तो हुँदैन । हिस्टेरिया हुनेलाई भूत, प्रेत, जादू, टूनाको शंका धेरै हुन्छ । यस रोगमा अञ्ज, नस्य र धुनि दिनु लाभदायक हुन्छ ।

दालचिनी र सेतो जीराले दिमागबाट दोष उतार्दछन् ।

सूटो, मरीच, पिप्ला समभाग गरी सिउँडीको दूधमा २० दिनसम्म भिजाएर फेरि झिकी पानीसँग सिलौटामा पिन्नु, यसको नस लिनाले मृगी रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- आँकको जरोको बोक्रा, बारखाको दूधमा पिनेर एउटा कपडामा राख्नु, बेहोश मृगी रोगीवालालाई २-४ बुँद नाकमा हालिदिने बित्तिकै होश आउँछ ।

अथवा- रिठ्ठा पिनेर छानेर राख्नु, नस लिने गर्नु, मृगी रोग नाश हुन्छ ।

अथवा- जटामसी मसिनो गरी पिनी नाकमा नस दिनु या धुनि दिनु, पुरानो मृगी रोग पनि नाश हुन्छ ।

अथवा- सेतो प्याजको रस नाकमा हाल्नाले, आँखामा अञ्जन गर्नाले मृगी र उन्मादमा लाभ हुन्छ ।

अथवा- पुरानो घिउ ख्वाउनाले र मालिस गर्नाले पनि लाभ हुन्छ ।

खाने औषधीहरू

लहसून एक तोला, कालो तिल तीन तोला या तिलको तेल दुई तोला मिलाएर प्रातःकाल २१ दिनसम्म खानाले मृगी रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- शतावरी (कुरिलो) दूधसँग सेवन गर्नाले पनि मृगी रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- बाह्रीको पातको स्वरस एक तोला, अकरकरा चूर्ण ३ मासा, मधु ३ मासा सबै मिलाएर बिहान-बेलुका नित्य खानाले पनि एक महिनामा मृगी, उन्माद, चित्त भ्रमादि रोग आराम हुन्छ । यो अमोघ औषधी छ ।

अथवा- जेठीमधु चूर्ण ६ मासा, कुभिंडोको रस एक तोला, मह एक तोला मिलाएर नित्य सेवन गर्नाले या महको साथ ६ मासा बच (बोझो) चूर्ण चाट्ने र दूधभात खानाले पुरानो मृगी रोग पनि आराम हुन्छ ।

अथवा- सुँगुरको खुरको आँठी बनाएर मङ्गलवारको दिन दाहिने हातको कान्छीआँलामा लाउनाले या २१ ओटा जाइफलको माला बनाएर गलामा पहिरनाले पनि मृगी रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- एक लाल हीङ्ग, एक लाल कस्तूरी महमा मिलाएर २१ दिनसम्म सेवन गर्नाले मृगी रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- हीङ्ग र एलुआ (घिउकुमारीको चूक) समभाग मिलाएर एक लालको गोली बनाई नित्य बिहान-बेलुका एक एक गोली महमिश्रित कुभिंडोको रससँग एक महिनासम्म खानाले हिस्टेरिया अवश्य शान्त हुन्छ ।

अथवा- जेठीमधु आधासेर पानीसँग सिलौटामा पिनी दुई सेर घिउ र १६ सेर कुभिंडोको रस र लेदो कराहीमा पकाई रस सुकेर घिउ मात्र बाँकी भएपछि झिकी छानी राख्नु । यो घिउ नित्य सेवन गर्नु, घृगी र उन्माद शान्त हुन्छ ।

वाथ र वातरोग

त्रयोदशांग गुग्गुल नित्य खानाले र नारायणतेल आदि मालिस गर्नाले ८० दिनमा समस्त वातरोग आराम हुन्छ । त्रयोदशांग गुग्गुल १-३ मासाको मात्रा हो ।

वातरोगनाशक तेल

सूठो १० तोला, उत्तम सूती १० तोला, सानो पिप्ला ५ तोला, भाँड ५ तोला, हिङ्ग १ तोला, अफीम १ तोला, भिलावा १ तोला, कुचिलो, १ तोला, मरीच १ तोला यी सबै पिनी एक सेर तिलको तेल र एक सेर तोरीको तेलमा मिलाई आगोमा राखेर मंदाग्रिमा पकाउनु, औषधी जलेपछि उतारेर तेल छान्नु । यो तेल मालिस गर्नाले कम्पर दुख्ने, पिठ्यूँ दुख्ने, छाती दुख्ने, घुँडा दुख्ने सबै आराम हुन्छ ।

अथवा- एक लाल स्वच्छन्द धैरवरस नित्य सेवन गर्नाले र यो तेल मालिस गर्नाले वातरोग विशेषतः पक्षाघात शान्त हुन्छ ।

अथवा- शुद्ध गुग्गुल, शुद्ध गंधक, हरी, बर्रो, अमला यी सबै

चूर्ण समभाग लिएर अदुवाको रसमा घोटेर कास्टर आयल (अरंडीतेल) मिलाई ६-६ मासाको गोली बनाई सुत्ने बेलामा दूधसँग एक गोली खाने गर्नाले वायुको पीडा निश्चय ठीक हुन्छ । यसलाई बातारिगुल भन्दछन् । अरंडीपाक पनि बाथको लागि फाइदा गर्छ । यो रोचक पनि छ । शीतकालमा बढी लाभदायक पनि छ ।

अथवा- त्रिकुटा डेढ तोला, ल्वॉंग ३ मासा, ठूलो अलैंची ६ मासा, दालचिनी ६ मासा, पत्रज ६ मासा, नागकेशर ६ मासा, सोधित गन्धक १ तोला, सूप १ तोला, सनाई १ तोला, पिप्लामूल ६ मासा, निर्गुन्डीको बीज ६ मासा, शतावरी ६ मासा, पुनर्नवाको जराको बोक्रा ६ मासा, खस ६ मासा, जाइफल ४ मासा, जायफल ४ मासा सबैको चूर्ण बनाएर १० तोला, अरंडीको बीउको गुदी मसिनो गरी पिनी एक सेर गाईको दूधमा कुरौनी बनाउनु र त्यसलाई दुई छटाक गाईको घिउमा भुटनु, अधिको औषधीहरूको चूर्ण एक सेर चिनी मिलाई ६-६ तोलाको लड्डू गाईको दूधसँग बिहान-बेलुका खानु बाथ आराम हुन्छ । औषधी अनुभूत छ ।

वाथ र वायुविकारको लागि

एक छटाक एरण्डको बीज भुटेर चपाउनु र त्यसपछि आधा सेर गाईको दूध पिउनु, यसले दिसा सफा हुन्छ । सात दिनसम्म यसै गर्नु । ठंडा वायुबाट बच्नु ।

अथवा- अश्वगन्ध, चौवचिनी, अमलाको समभाग चूर्ण ६ मासा दूध या पानीसँग सुत्ने बेलामा खाने गर्नाले बाथ आदि वायुविकार ठीक हुन्छ । भृङ्गराजको जरो र डुंगरेओको जरो मसिनो गरी कुट्नु, तोरीको तेल वा वनभाँडको तेलमा या कास्टर आयलमा पकाएर छानेर राख्नु । यो सबै राती सुत्ने बेलामा मालिस गर्नाले वातरोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- घिउकुमारीको एक पात काटेर गाईको घिउमा भुटेर, त्यसमा हल्लेदो, जीरा आदि मसला हालेर तरकारी बनाउनु, त्यसैसँग गहुँको रोटी खानु र पछिको रोटीसाथ कार्तिकको मह खानु । सात दिनतक खानु, रोग पुरानो छ भने १५ दिनसम्म खानु । चैत्र र कार्तिक महिनामा यसो गर्नाले बाथ अवश्य आराम हुन्छ । यति दिनसम्म केवल रोटीमात्र खानुपर्छ ।

अथवा- अकरकरा, मरीच, सानो पिप्ला हरेक ३-३ भासा, पिप्लामूल ६ भासा, सूठो एक तोला, शोधित मिठा विष १ तोला यी सबै कुटी, छानी गुड र घिउमा मिलाएर मासको गेडा जत्रो गोली बनाउनु, मात्रा १-२ गोलीसम्म । पहिले पेट सफा गरी यो गोली खानु बाथ, पक्षाघात आदि आराम हुन्छ ।

अथवा त्रिफलाको काँठामा कास्टर आयल २ तोला मिलाएर पिउनाले गुथसी आराम हुन्छ ।

अथवा- आधा सेर गहुँत, २ तोला कास्टर आयल मिलाउनु, सानो पिप्ला चूर्ण एक भासा खाएर पछि यो तेल मिलाएको गाईको गहुँत पिउनु, सात दिनसम्म पिउनाले कमर दुख्ने निको हुन्छ ।

अथवा- शुद्ध गुग्गुल ५ तोला, लसुन १ तोला दुवै घिउमा हालेर खूब पित्रु । ठूलो भटमासजत्रो गोली बनाउनु एक गोली नित्य खाने गर्नु कमर दुख्ने निको हुन्छ ।

अथवा- शुद्ध कुचिलो र मरीच समभाग लिई पानको रससँग खल गर्नु, एक एक लालको गोली बनाउनु । यसलाई समीरगजकेशरी भन्दछन् । बिहान-बेलुका पानको रस वा अदुवाको रससँग १-१ गोली खानाले सबै प्रकारको वात-व्याधि आराम हुन्छ ।

अथवा- लहसुन ४ तोला मसिनो गरी पिनी त्यसमा सिधेनून, जीरा, त्रिकुटा, कालो नून र ह्रींग ४-४ भासा पिनेर मिसाउनु, एक

मासा चूर्ण नित्य बिहान अरंडीको जराको काँडासित एक महीनासम्म पिउनाले सर्वांग बात, कमर, पीठको पीडा आराम हुन्छ ।

अथवा- मालकागनी ल्याएर सफा गरी पहिलो दिन एक दाना, दोस्रो दिन दुई दाना, तेस्रो दिन ३ दाना, यसै हिसाबले ६० दिनसम्म एक-एक दाना बढाई ६० दानासम्म पुग्नु र फेरि एक एक दाना घटाउँदै एक दानामा आउनु । यसले जोडहरूको पीडा, बात, व्याधि र कफविकार नष्ट हुन्छ, शरीर रोगरहित हुन्छ । दाना बढाउँदै लाँदा बीचमै ज्यादै गर्मीहुन थाल्यो भने त्यहीदेखि घटाउनुपर्छ ।

अथवा- मालकागनीको तेल मालिस गर्नाले बाथमा बहुत फाइदा गर्छ ।

अथवा- धतुरो र अरंडीको पात गरम गरेर सेक्नु र बाँध्नु ।

हृदयशूलनाशक उपाय

पेटमा भयानक पीडा भयो भने सानो हरो, सूठो, मरीच, पिप्ला, शुद्ध कुचिलो, शुद्ध गन्धक, हींग, सिधेनून सबै समभाग लिएर कुटी मसिनो गरी अदुवाको रससँग घोट्नु, जंगली बयरसमान गोली बनाउनु । बेलुका नित्य एक एक गोली सेवन गर्नाले वायुगोला र शूल आराम हुन्छ ।

अथवा- माउभेराको र गंदालनाको जरा एक एक मासा नित्य प्रातः काल मेथीको काँडामा कालो नून (बीरे) मिलाई त्यससँग खानाले १५ दिनमा कठिन भन्दा कठिन शूल पनि आराम हुन्छ ।

अथवा- जवाखर, कौडी भस्म शुद्ध मीठा विष, सीधेनून, सूठो, मरीच, पिप्ला समभाग लिएर पिन्नू, छान्नू यस चूर्णलाई पानको रससँग ६ घन्टासम्म खल गरी एक-एक लालको गोली बनाई बिहान एक गोली नित्य खानाले शूल आराम हुन्छ ।

अथवा- बच, सूतो, कालो जीरा, मरीच, चीता, हीङ्ग, शुद्ध विष, दालचिनी, पिप्पला सबै समभाग गरी पित्रू, पछि भाँग र चिताको रससँग घोट्नु र चना जत्रो गोली बनाउनु, मेथीको काँढासँग नित्य एक गोली खानु सबै प्रकारको शूल र वातरोग आराम हुन्छ ।

अथवा- चित्तल या काँकडको सिंगको चूर्ण बनाउनु । अनि त्यसलाई माटाको भाँडामा हाली छोपिदिनु, सम्पूर्ण भाँडोलाई गिलो माटो र कपडा लगाएर घाममा सुकाउनु, फेरि त्यसलाई १० सेर गुईँठामा राखेर आगो लगाउनु, आगो निभेपछि भाँडाबाट भस्म झिकी शीशीमा राख्नु यो उत्तम औषधी हो । एक मासा भस्म गाईको ३ मासा तातो घिउमा मिलाएर खानाले हृदयशूल तत्कालै आराम हुन्छ । सबै प्रकारको शूल र विशेषतः हृदय र कमरको पीडाको लागि कहिल्यै फेल न हुने औषधि हो ।

अथवा- अर्जुनवृक्ष (खरी) को बोक्राको स्वरस ४ सेर, गाईको घिउ १ सेरमा मिलाएर पकाउनु, घिउमात्र बाँकी भएपछि झिकेर छात्रू । यो १-३ तोला मात्रा दूधसँग सेवन गर्नाले हृदयशूल र हृदयको सबै रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- कालो नून, सूतो, हीङ्ग समभाग लिएर पिनी, छानी चूर्ण बनाउनु र जौको काँढासँग एक मासाको मात्रा गरी सेवन गर्नाले हृदयशूल, करंगको शूल, पेटको रोग आराम हुन्छ ।

वायुगोला

दाहिने वा बायाँ करंगतर्फ हृदयमा, नाभिमा, मूत्राशय या पेटमा गोला जस्तो हुनु । कहिले घुनु, कहिले घट्नु, कहिले बढ्नु । मलमूत्र र अधोवायु कठिनसँग हुनु । अरुचि, प्यास र आन्द्रामा गडबड शब्द हुनु यी लक्षणहरू हुन्छन् । सूतो २ तोला, चिताको बोक्रा ८

तोला, तिल ४ तोला, पुरानो गुड ४ तोला, सबलाई मसिनो गरी पिनी ३ देखि ६ मासासम्मको मात्रा तातो दूधसँग खानाले वायुगोला आराम हुन्छ ।

अथवा- हिंग, कूट धनियाँ, हर्षो, निशोधको जरो, कालोनून, सिधेनून, सूठो, जवाखर सबैलाई समभागमा राखी पित्रु, घिउमा भुटी पिनी पुनः छान्नु, १॥ तोलादेखि ३ तोलासम्म जौको काँढासँग खानाले वायुगोला ठीक हुन्छ ।

अथवा- बच्च (बोजो), हर्षो, हिंग, सिधेनून, पदमचाला, जवाखर, अजवायन (ज्वानो), सबैको समभाग गरी पित्रु, छान्नु, ३ देखि ६ मासाको मात्रा गरी तातो पानीसँग सेवन गर्नाले १५ दिनमा वायुगोला आराम हुन्छ ।

अथवा- शंखको नाभिको भस्म ४-६ मासा कागतीको रससँग नित्य खानाले फियो बढेको आराम हुन्छ ।

अथवा- अपामार्गको जरो ४-६ मासा मसिनो गरी पिनी गाईको महीसँग मिलाएर २१ दिनसम्म खानाले भयंकर भएको फियो पनि आराम हुन्छ ।

सत्यानाशी (स्वर्णजिरी) सिलौटामा पिनी, कपडछान गरी स्वरस निकाल्नु, यो स्वरस एक तोला मह मिलाएर खूब मश्रु र नित्य पिउनु। १४ दिनमा फियोको रोग निश्चय आराम हुन्छ ।

अथवा- शंख, सीपी, शुद्धगन्धक, शुद्धमंडूर (लोहकीट) र भुटेको सुहाग, नौसादर, सिधेनून, सूठो, पिप्ला, चिता, अजवायन यी सबै अलग अलग पिनी, छानी ४-४ तोला लिनु र एक सेर कागतीको रसमा मिलाएर बलियो बिक्रो शीशीमा भर्नु र त्यो शीशी भूईँमा गाडिदिनु, १४ दिनपछि निकाल्नु । ४-४ मासा नित्य भोजनपछि

दिनमा दुई पटक खानु, फियो, वायुगोला, शूल, अजीर्ण आदि रोग आराम हुन्छ ।

अण्डकोष वृद्धि

शुद्ध गुग्गुल ६ मासा, एरण्डतेल १ तोला, गोमूत्र दुई छटाक मिलाएर केही दिन निरन्तर सेवन गर्नाले अण्डकोष वृद्धि रोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- इन्द्राधणीको जरोको चूर्ण ४ मासा, २ छटाक दूधमा पिनेर छानेर एक तोला एरण्डतेल मिलाएर १५-२० दिनसम्म पिउनाले पनि यो रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- बचा र सरस्यू पानीमा पिनेर मनतातो लेप गर्नाले अथवा सुहाजन (सजिउन ?) को बोक्रा र सरस्यू पानीमा पिनेर लेप गर्नाले या एरण्डकै जरोको बोक्रा रक्सीमा पिनेर लेप गर्नाले पनि यो रोग आराम हुन्छ ।

अथवा - आँकको जरा काझीसँग पिंधेर लेप गर्नाले अण्डवृद्धि रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- अण्डकोषमा पानी जमेको भए ६ मासा दालचिनीको काढाको सेवन र अण्डकोषमा दालचिनीको तेल मल्नाले आराम हुन्छ ।

अथवा- १-१ तोला गाईको घ्यू र १ मासा सिधेनून मिलाएर पिउनाले र अण्डकोषमा लेप गर्नाले अण्डवृद्धि नष्ट हुन्छ ।

अथवा - अण्डकोषमा पानी भरिएको छ भने नौसादरको मलम लगाउनु ।

वातपित्त

महमा त्रिफला मिलाएर खानाले या गेरु र सरस्युँको तेल मालिस गर्नाले र तातो पानीले नुहाउनाले या पुरानो गुडमा अदुवाको रस र गेरु मिलाएर खानाले या गुडसँग अजवायन खानाले वातपित्त आराम हुन्छ ।

अथवा- सूठो, मरीच, पिप्लासँग समभाग मिश्री खानाले या एक तोला गुँडसँग अमलाको चूर्ण खानाले अथवा सूठो, मरीच, पिप्ला र जवाखरसँग अजवायन खानाले वातपित्त निश्चय आराम हुन्छ ।

अथवा- अजवायन र गेरु पानीमा पिनेर शरीरमा लगाउनाले या घिउमा सिधेनून मिलाएर मालिस गर्नाले पनि वातपित्त आराम हुन्छ ।

शिरपीडामा

शिरपीडा अनेक कारणले हुन्छ मूलकारण जानेर औषधी गरेमा शीघ्र लाभ हुन्छ । स्त्रीहरूलाई गर्भाशयमा पीडा रहनाले पनि प्रायः शिरोवेदना रहने गर्छ । कतिपय स्त्रीहरूलाई ऋतुकालमा घोर शिरोवेदना हुन्छ ।

मिश्री, दाख, जेठीमधु पिनेर नस लिनाले या दालचिनी, तेजपात र मिश्री चौलानीमा घोटोर नस लिनाले पनि शिरोवेदना आराम हुन्छ ।

अथवा- बेलगिरी (बेलको गुदी) र सूठो, दूधसँग मसिनो गरी पिनी नस लिनाले या सिधेनून र पिप्ला पिनेर नस लिनाले पनि शिरोवेदना आराम हुन्छ ।

अथवा रिद्धालाई पानीमा घोटेर नाकमा हाल्नाले पनि शिरोवेदना आराम हुन्छ । दूध र घिउमा मिलाई पिउने र यसको नस लिनाले पनि सूर्यावर्त शिरोवेदना आराम हुन्छ ।

अथवा- अदुवाको स्वरस, बच, पिप्ला पिनेर नस लिनाले या दूधमा तिल पिनेर नस लिनाले या भृंगीराजको पात, अपामार्गको जसो र नौनी या सबै पिनी नस लिनाले या भृंगीराजको स्वरस र बाख्राको दूध मिलाएर घाममा बसेर नस लिनाले पनि सूर्यावर्त शिरोवेदना आराम हुन्छ ।

मोतीबिन्दुनाशक उपाय

यस रोगको शुरू अवस्थामा औषधी गरेमा ठीक हुन्छ । पुरानो मोती बिन्दुको लागि अपरेसन नै गर्नुपर्छ । बच, हींग, सूठो, सूप समभाग मसिनो गरी पिनी महमा मिलाउनु र ३-४ मासा नित्य खानाले मोतीबिन्दु बढ्न पाउँदैन र आराम हुन्छ तर यो औषधी रोगको आरम्भमा नै खानुपर्छ ।

अथवा- रोगका आरम्भमा नै निर्मली महमा मिलाएर आँखामा लगाउने या नौसादर कलमीसोडा मसिनो गरी पिनी प्याजको रसमा ३ दिन तक खल गरी रस सुकेपछि धूलो शीशीमा बन्द गरी राख्नु र सलाईले नित्य आँखामा लगाउनु यसले नयाँ मोतीबिन्दु ठीक हुन्छ ।

अथवा- स्त्रीको दूधमा भीमसेनी कपूर आँखामा लगाउनाले पनि मोतीबिन्दु ठीक हुन्छ ।

अथवा- नीमको फूल छायामा सुकाई पिन्नू, सुपको हरियो बोट ल्याएर काँचको भाँडामा राखेर सुकाउनु । सुकेपछि पिनेर छान्नू, शुद्ध कलमी सोडा पनि छानेर सब चीज समभाग मिलाउनु ३ दिनसम्म प्याजको रसमा खल गर्नु, रस सुकेपछि धूलोलाई शीशीमा राख्नु,

नित्य चाँदीको सलाईले आँखाबाट लगाउनु यसले नयाँ मोतीबिन्दु र दृष्टिको कमजोरी आदि सबै रोग आराम भएर नेत्रज्योति निश्चय नै बढ्दछ । नेत्ररोगको यो अमोघ औषधी हो ।

अथवा- गोरखमुण्डीको अर्क २-३ तोला नित्य पिउनाले नेत्रज्योति बढ्दछ । यसको साथै निम्नलिखित नेत्रज्याति कम हुने धेरै कारण छन् । तर बहुधा वृद्धावस्थामा दिमागको कमजोरीले अग्रिमन्द हुनाले नेत्रज्योति कम हुन्छ । यसको लागि दिमागलाई बल दिने औषधी लगाउने र खाने गर्नाले यो रोग घट्दछ । शिरमा दिनमा धेरै घटक काँइयो लगाउनाले पनि आँखालाई फाइदा गर्छ । अधिक कब्जियत गर्ने खाना खानु आँखालाई हानिकारक छ ।

गोरखमुण्डीको शर्बत

एक पाउ गोरखमुण्डीको फूल डेढ सेर पानामा राति भिजाइदिनु, बिहान त्यसलाई पकाई जब आधा सेर पानी बाँकी रहन्छ अनि छान्नु र ३ पाउ मिश्री मिलाई पकाउनु । पकाउँदा काँचो दूध र पानी मिलाई १०-१० मिनेटको फरकमा ४।५ पटक एक एक छटाक हाल्नु । यो पानी हाल्दा मैलो माथि माथि उम्लन्छ त्यसलाई झिकी फाल्नु । जब अरु मैलो आउन छाड्छ अनि उतारेर कपड छान्नु । सेलाएपछि शीशीमा भरेर राख्नु । यो मुण्डीको सर्वत हो । २-४ तोलासम्मको मात्रा गरी नित्य जलमा मिलाई पिउनाले नेत्रज्योति बढ्दछ । दिमागमा बल प्राप्त हुन्छ र ज्वर पनि शान्त हुन्छ ।

अथवा- आधा सेर सूप मसिनो गरी पिनेर छान्नु र सूपको चूर्ण बराबर नै मिश्री मिलाएर कुनै भाँडोमा राख्नु । ४ मासाको मात्रा राति मुले बेलामा ३-४ दिनसम्म खाने र त्यसपछि एक एक मात्रा तीन महिनासम्म खानु । यसले नेत्रज्योति बढ्दछ ।

अथवा- प्याजको स्वरस महमा मिलाएर आँखामा लगाउनाले नेत्रज्योति बढ्दछ र नयाँ मोतिबिन्दु आराम हुन्छ ।

अथवा- आँखामा नित्य रसोत (चूत्रोको चूक) लगाउनु पनि गुणकारी हुन्छ ।

अथवा- नीमको फूल छायाँमा सुकाएर पित्रू, यो चूर्णबराबर कलमी सोडा पिनेर यसमा मिलाउनु र दुई तीन दिनसम्म खल गर्नु, अनि कुनै मसिनो कपडामा छानी शीशामा राख्नु । सलाईको काँटीले आँखामा लगाउनु । नेत्रज्योति खूब बढ्दछ, नयाँ मोतीबिन्दु आराम हुन्छ ।

अथवा- जरायोको सिंग पानीमा पित्रू र कागतीको रसमा खूब खल गर्नु, मरीचको दाना जत्रो गोली बनाउनु । यो गोली पानीमा घोटेर आँखामा लगाउनु, आँखाको जालो छिटै नष्ट हुन्छ ।

अथवा- परेवा या भँगोराको बिष्टा पिनेर आँखामा लगाउनाले पनि फूलो परेको निको हुन्छ ।

अथवा- नौसादर र फिटकिरी समभाग लिएर पित्रू, मसिनो कपडाले छान्नु । यो आँखामा लाउनाले फूलो, रतौँधी आराम हुन्छ र दृष्टि बढ्दछ ।

दाँतको रोगमा

दाँत सफा नगर्ने आदत, सधैं दतिवन नगर्नु, दाँत कोट्याउने बानी, भोजनपछि दाँत सफा नगर्नु, ज्यादै तातो भोजन या अधिक तातो चिया पिउने बानी, गरम भोजन पछि तुरुन्त ठण्डा पानी पिउनु, अमिलो, गुलियो पदार्थ धेरै खानु, पान या तमाखु अधिक खानु आदि कारणबाट दाँत छिटै बिग्रन्छ । मह, पिप्ला र घिउ एकै ठाउँमा मिलाएर मुखमा राख्नाले दाँतको पीडा र दाँत हल्लिएको आराम हुन्छ ।

अथवा- हलेदो मसिनो गरी पिनी कपडामा राखेर दुख्ने दाँत मुनि राख्नेले र हलेदो दाँतमा मल्लाले दाँतको पीडा आराम हुन्छ ।

अथवा- कपूरको चक्का दाँतको तल राख्नाले या दाँतको छिद्रमा भरिदिनाले पनि दाँतको पीडा आराम हुन्छ ।

अथवा- अकरकरा र कपूर समभाग पित्रू र यस चूर्णले दाँत मल्नु, जबसम्म आराम हुँदैन, दुई-दुई घण्टाको फरकमा मल्दै रहनु, दाँतको पीडा आराम हुन्छ ।

अथवा- जरायोको सींग साना साना टुक्रा गरेर एकनासको भाँडामा राखेर मुख बन्द गरी सुकाउनु, गुईठामा राखेर आगो लगाउनु । पछि झिकेर पित्रू । यो खरानीले दाँत मल्नाले दाँत दुख्ने निको हुन्छ । दाँत सफा हुन्छ । यो खरानी ३ मासा गरम घिउमा मिलाएर खानाले हृदयशूल र कमर दुख्नु आदि आराम हुन्छ ।

दाँतको लागि अपूर्व मन्जन

हरिद्वारी पत्थर गेरू ८ तोला, भुटेको फिटकिरी १ तोला, मरीच १ तोला, निलगिरी तेल २ मासा, भीमसेनी कपूर १ मासा, बज्रदन्ती भुटेको मसिनो धूलो २ तोला सबै मिलाइ राम्ररी पिनी छानी बिक्रो बन्द गरी शिशीमा राख्नु । यस चूर्णले नित्य दाँत माज्नाले मजबूत हुन्छ । दाँतको पीडा आदि शान्त हुन्छ । दन्तरोगको अमोघ औषधी हो ।

अथवा- बज्रदन्ती को भुटेको धूलो ५ तोला, भूटेको फिटकिरी १ तोला खयर ३ तोला, मरीच १ तोला, कपूर ६ मासा, रातोमाटो १० तोली सबै राम्रो पिनी छानी राख्नु । रस चूर्णले प्रतिदिन दाँत माइनु दाँतको पीडा आराम हुन्छ ।

अथवा- बज्रदन्तीको भुटेको धूलो, फिटकीरी, सिधेनून,

करुवातेल मिलाएर नित्य दाँत माइनु, यसले पनि दाँत दुख्ने आराम हुन्छ ।

अथवा- सूतो हरी, नागरमोथे, खयर, कपूर, सुपारीको भस्म मरीच, ल्वांग दालचिनी सबै एक एक तोला, रातो माटो १ तोला सबै पिनी छानी राख्नु । यस मन्जनले नित्य दाँत माइनाले दाँतको अनेक रोग आराम हुन्छ ।

सर्पविष चिकित्सा

बिरालो, न्याउरी, मुजुरको शरीरमा सर्पको विषको प्रभाव हुँदैन । सर्पले टोकेको मनुष्य बेहोस हुन्छ । नाडी चल्दैन र विषको तेजले श्वास चलन पनि बन्द हुन्छ । तर मरेको हुँदैन । नमरेको पत्ता लगाउन प्रकाश भएको ठाउँमा रोगीको आँखा खोलेर हेर्नु । यदि उसको आँखाको पुतलीमा आफ्नो प्रतिबिम्ब देखियो भने, बाँचेको हुन्छ । नत्र मरेको हुन्छ । रातमा बत्तीको प्रतिबिम्ब आँखामा पर्छ पर्दैन हेर्नु थाहाहुन्छ ।

सर्पले टोकेको स्थानमा तत्काल एक पछि अर्को गरी ४-४ अंगुलमा छिटै माथितिर खूब कसर रक्त संचार माथितिर हुन नसक्नेगरी बाँधिदिनु । तलतिर बाँधेर विष माथि गयो भने बेकार हुन्छ । तसर्थ पहिले टोकेको ठाउँको ४-६ अंगुल माथि धागो, कपडा, छाँलाको डोरीले बाँधिदिनु । बाँधेको आसपासको रौं लडेको छ छैन हेर्नु, जहाँसम्म रौं लडेको हुन्छ त्यहाँसम्म विष पुगेको सम्झनु पर्छ । विष जब रौंको जरोमा पुग्छ रौं लड्छ । विष अघि सरेँ गयो भने यस्तै रौं ढल्दै जान्छ । अर्को कुरा, जहाँसम्म विष पुगेको छ त्यहाँको रगत कालो हुन्छ । नसा नीलो हुन्छ । यो कुरा विचार गरी माथितिर बाँधिदिनुपर्छ, ताकि विष माथि सर्न नसकोस् । काटेको ठाउँमा क्रस (+) जस्तो एक चिह्न काटेर बनाउनु र त्यहाँको रगत

निचोर्नू । रोगीलाई सुत्न न दिनु । उसँग कुराकानी गर्नु, निर्बिषी र सतुबा घोटेल लगाउनु र पियाउनु । सर्पले काटेको मानिसलाई घिउ र मह या घिउ मिलाएर औषधि खान दिनु । विषमा घिउ बढी लाभदायक हुन्छ ।

भेष संक्रान्तिको दिन मुसुरको दाल र नीमको पत्ता मिलाएर खानाले एक वर्षसम्म कुनै विषको भय हुँदैन ।

अथवा- नित्य प्रातः काल नीमको तीन पात चपाउने गर्नु, सर्पको विषको भय हुँदैन ।

अथवा- वृष संक्रान्तिबाट तीन दिनसम्म सिरिसको एक एक बीज खानाले सर्पले टाँक्दैन ।

रायो र नौसादर मिलाएर घरमा छर्किदिनाले सर्प त्यो घर छोडेर भाग्छ ।

नौसादर र राई (रायो) सर्पलाई लाग्यो भने सर्प मर्दछ ।

मुसुरो र नीमको पातसँग सिरिसको जरो र एक बीज पिनेर वैशाखमा ३ दिनसम्म खानाले एक वर्षसम्म विष र औलोको ज्वरोको भय हुँदैन ।

कार्वोलिक एसिड छर्किदियो भने त्यसको गन्धले पनि सर्प भाग्दछ ।

घिउ, मह, नौनी, पिप्ला, अदुवा, मरीच, सिधेनून यी सात चीज पिनेर छानेर सबै मिलाई सर्पले टोकेकोलाई खुवाउनु । सर्पले टोकेको अमोघ औषधि हो निश्चय आराम हुन्छ ।

अथवा- सिधेनून एक भाग, मरीच एक भाग, नीमको पात दुई भाग, सबै पिनी मह र घिउसँग खुवाउनाले स्वावरजंगम सब प्रकारको विष उत्रन्छ ।

सर्प र बौलाहा कुकुरले टोकेको ठाउँमा तत्काल पिसाब गरिदिनु र रगत निचोर्नु ।

आँकको पात माथि सफेद धूलो लागेको हुन्छ । त्यसलाई केहील खुर्की र एक ठाउँमा जम्मा गरी आँकको दूध मिलाई घोटनू र चना जत्रो गोली बनाउनु । सर्पले टोकेकोलाई २०-२० मिनेटको फरकमा एक एक गोली खुवाउनु । ६ गोली खाउन्जेल मुखको स्वाद मीठो हुन्छ, सातौँ गोली खाएपछि तीतो हुन्छ । तीतो भए पछि विष उत्र्यो भन्ने सम्झनुपर्छ । अनि अरू गोली न दिनु । सर्पले टोकेको यो अमोघ औषधि हो ।

जहर मौहरा (झारमौरो) गुलाफ जलसँग हुंमा घोटेर एक पटकमा एक दाना (गहुँ बराबर) सर्पले टोकेको मानिसलाई खान दिनु र टोकेको ठाउँमा पनि लगाउनु । यो चाटे पछि बमन हुन्छ, फेरि चटाउनु बमन हुँदै चटाउँदै जानू, जब चटाउँदा बमन हुन छोड्छ अनि विष छैन भन्ने सम्झनु । स्थावर जंगम सबै प्रकारको विषको यो राम्रो औषधि हो । जब पेटमा विष बाँकी हुँदैन तब यो चटाउँदा बमन हुँदैन ।

जहरमौहरा दुई प्रकारको हुन्छ । एक प्राणीज जहर मौहरा भ्यागुतो टर्न टर्न गरी कराउँदा उसको गला फुल्छ र त्यो गल्फुलोमा पाइन्छ । दोस्रो खनिज जहरमौहरा एक प्रकारको पत्थर हो त्यसको रंग केही पहेँलो भएको सफेद हुन्छ । बँद्यको पसलमा पाइन्छ ।

बौलाहा कुकुरले टोकेको चिकित्सा

कुकुर बौलाएपछि त्यसको पुच्छर सीधा भएर लट्किन्छ, मुखबाट राल बहन्छ । गर्दन टेढो हुन्छ । अंधो र बहिरो जस्तो हुन्छ । अरू कुकुर त्यसलाई देखेपछि भाग्दछन् । बौलाहा कुकुरले र श्यालले टोकेपछि मानिसलाई ज्यादै चिन्ता हुन्छ । बुद्धिहीन हुन्छ । मुख सुक्छ,

प्यास लाग्छ, न राप्पो सपना देखिन्छ । उज्यालो मन पर्दैन । एकलै बस्न मन लाग्छ । शरीर रातो हुन्छ । अन्त्यमा रून थाल्दछ । पानी देखेपछि डराउँछ । ऐनादेखि डराउने, पानीदेखि डराउने र भुक्ने भएपछि प्रायः मर्छ । यसको जुठो जसले खान्छ वा यसले अरूलाई टोकेको छ भने सो पनि बौलाहा हुन्छ । पागल कुकुरले टोकेपछि ७ दिनपछि मनुष्यको अवस्था बदलिन्छ । टोक्ने कुकुर बौलाहा हो होइन भन्ने राप्परी एकीन गरी चाँडै औषधि गर्नुपर्छ । सबभन्दा वेश त पहिले प्रारम्भिक उपचार गरिहाल्नु वेश हुन्छ । पत्ता लगाउँदै जानुपर्छ ।

परीक्षा

ओखरको गुदी कुकुरले टोकेको घाउमा एक घण्टासम्म राखी त्यहाँबाट झिकी कुखुरालाई दिनु, कुखुराले त्यसलाई खाएन वा खाएर मर्नो भने कुकुर बौलाहा रहेछ भन्ने सम्झनु । पहिले घाउबाट अलिकति रगत जानदिनु, यदि रगत निक्लेन भने निचोरेर पनि निकाल्नु र पहिले कुकुरले टोकेको ठाउँमा सरस्यूको तेलमा बालेको बत्तीको तेल लगाउनु । फेरि खुर्सानी पिनेर घाउमा लगाउनु, त्यसमाथि माकुरको जालोको पट्टी बाँधिदिनु । आराम हुन्छ ।

अथवा- लहसून पिनेर वा प्याजको रस महमा मिलाएर घाउमा लेपन गर्नु ।

अथवा- शुद्ध कुचिलो, शुद्ध मीठा विष, शुद्ध सुहाग समभाग लिएर पित्रू र यसबाट एक एक लाल औषधि नित्य खानुः २१ दिनमा बौलाहा कुकुरले टोकेको आराम हुन्छ ।

अथवा- आँकको दूध लेपन गर्नाले बौलाहा कुकुर र बिच्छीको विष आराम हुन्छ । यो अमोघ उपाय हो । पुरानो घिउ पियाउनु पनि पथ्य छ ।

अथवा- सूठो र चिरायतो मिलाएर बाख्राको दूधमा पिनेर लेप गर्नाले खुड्ने रोग निश्चय आराम हुन्छ ।

अथवा- गंधक पानीमा पिनेर महमा मिलाएर लेप गर्नाले या अमलाको अमिलोको रसमा मिलाएर लेप गर्नाले केही दिनमा रौंहीन स्थानमा रौं पलाउँछ ।

अथवा- नीमको पात र बयरको पात पिसेर शिरमा लगाउनु दुई घण्टापछि पखाल्नु । एकमहिनासम्म यसो गर्नाले कपाल लामो हुन्छ ।

अथवा- अमला कागतीको रसमा पिनेर रौंको जरामा मल्नाले या कालो तिलको पात कुटेर कपाल नुहाउनाले शिरको रौं लामो हुन्छ ।

अथवा- दाखहल्दी, हलेदो, चिरायतो, नीमको बोक्रा, असुरोको पात, लालचन्दनको धूलो समभाग लिएर पिनेर लेदो बनाउनु । लेदोको चार गुना बढी तिलको तेल र तेलको चार गुना बढी पानी मिलाएर पकाउनु । जब तेलमात्र रहन्छ उतारेर छान्नु । यो तेल लगाउनाले शिरको घाउ घटिरा आदि सबै चर्मरोग आराम हुन्छ । धैर्यपूर्वक केही दिनसम्म निरन्तर लगाउनुपर्छ । कहिलेकाहीँ कफ र वातको प्रकोपले कपालको जरा कडा र रूखो हुन्छ । शिरमा चायाँ पर्छ । त्यसको लागि सतीगेडी पिनेर लेदो बनाउनु र लेदोको चार गुना तिलको तेल; तेलको चौगुना भृंगीराजको रस लिएर सबै मिलाई आगोमा पकाउनु । तेलमात्र बाँकी भएपछि उतारेर छान्नु । यो तेल शिरमा लगाउनाले शिरको चायाँ, चिलाउनु, शिरपीडा आदि आराम हुन्छ । अफीमको दाना दूधमा पिनेर लेप गर्नाले शिरमा चायाँपर्ने ठीक हुन्छ ।

जरायोको सींगको भस्म

जरायोको सींग एक सेर लिएर टुक्रा टुक्रा पारेर घिउ र मह समभाग लिएर त्यसमा ढुवाएर राख्नु । दोस्रो दिन ती टुक्रा एक हाँडीमा राखेर मुख बन्द गरी दुई हात लामो र दुई हात चौडा खाडलमा गुइँठा भरेर हाँडी त्यसमाथि राखी आगो लगाउनु । ठण्डा भए पछि औषधी उतारेर फेरि मह र घिउमा ढुवाएर फेरि पहिले जस्तै आगोमा जलाउनु । ७ पटक यसै गर्नु । छैठौँ र सातौँ पटक हाँडीमा घिउकुमारीको गुदी र आँकको दूध पनि मिलाएर आगो लगाउनु । एक लालको मात्रा गर्नु । अनुपान भेटले खोकी, निमोनिया, ज्वर, जोर्नीको पीडा आदि सर्वरोग आराम हुन्छ । बाल बृद्ध सबैको लागि हितकर महात्माको रामबाण औषधी हो ।

सर्वरोग निवारक “नीम कल्प”

नीमको सुकेको पात ४ तोला, नीमका बोक्रा ४ तोला, नीमको काँचोफल ४ तोला, नीमको पाकेको फल ४ तोला, त्रिफला १२ तोला, पिप्लामूल ४ तोला, कालोजीरा ४ तोला, सेतो जीरा ४ तोला, सीधेनून ४ तोला यी सबै नीमको रसमा १२ घण्टासम्म खलगरी ३६० गोली बनाउनु । आश्विन संक्रान्तिदेखि आरम्भ गरी नित्य प्रातःकाल एक गोली ठन्डा पानीसँग एक वर्षसम्म सेवन गर्नु । एक वर्षपर्यन्त मादक पदार्थको सेवन नगर्नु । ब्रह्मचर्यको पालन गर्नु । औषधी सेवन गर्नुभन्दा पहिले एक दुई दिन जुलाफ लिएर शरीर शुद्ध गर्नु । एक वर्षसम्म नियमपूर्वक औषधी सेवन गर्नाले निश्चय नै शरीर सर्वरोग मुक्त हुन्छ ।

बुद्धिकल्प

मालकागुनी (ज्योतिष्मती) लाई तीन दिनसम्म गोमूत्रको भावना

दिएर शुद्ध गरी सुकाएर त्यसको तेल निकाल्नु । नित्य त्यो तेल दुई थोपादेखि सात थोपासम्म क्रमशः बढाउनु । नित्य सात थोपा तेल ब्राह्मी र शंखपुष्पीको रसमा पकाउनु । एक तोला घिउ मिलाई हृद्यसँग सेवन गर्नु । प्रतिवर्ष दिनको दुई घटक ४८ दिनसम्म सेवन गर्नाले र मादक पदार्थ छोड्नाले बौद्धिक शक्ति कायम रहन्छ ।

सूठो कल्प

राम्रो सूठो दुई सेर ल्याई कुटपिस गरी छात्र । त्यसमा आधासेर पुरानो चाकु र एक सेर गाईको घिउ मिलाएर गाईको मही घन केही मिलाई राम्रोसँग मल्नु र योटा चिल्लो माटाको भाँडोमा राखी त्यो हाँडीको मुखमा कपडा मिट्टी गरी सुकाउनु र त्यो हाँडीलाई एक महिनासम्म धान भित्र दबाइदिनु । त्यसपछि झिकी २-३ ताग्लाको मात्रा गरी खानू ६ महिनामा मनुष्यको सर्वरोग नष्ट हुन्छ । यो औषधी प्रयोग गर्नु अघि २-३ दिन जुलाफ लिएर पेट सफा गर्नुपर्छ ।

चीताकल्प

“नेत्राय स्वाहा” यस मन्त्रले शुभ नक्षत्रमा चीता ल्याएर छायाँमा सुकाएर कुटपिस गरी छात्र । अनि घिउ र महको साथ २-३ तोलाको मात्रा गरी नित्य खानू र दुध भात खानू, मनुष्यको सर्वरोग मुक्त हुन्छ । औषधी सेवन गर्नु अघि पेट सफा गर्नुपर्छ ।

आम्रपाक

राम्रो जातको पाकेको आम्रको रस १०२४ तोला, त्यसको चौथाई भाग अर्थात् २५६ तोला चिनी, त्यसको आधा अर्थात् १२८ तोला गाईको घीउ, सूठो ३१ तोला, मरीच १२ तोला, पिप्ला ८

तोला यी सबै कुटपिस गरी २५६ तोला पानीमा मिलाएर एक माटाको भाँडोमा मध्यम आँचले पकाउनु । दाउराले चलाउनु । केही पाकेपछि पिप्लामूल, नागरमोथे, चव्य, धनियाँ, सेतो जीरा, कालो जीरा, सूठो, दालचिनी, तालिसपत्र यी सबै पिनेर छानेको चूर्ण ४-४ तोला पाकमा मिलाउनु । मध्यम आगोमा (आँचमा) विस्तार विस्तार चलाउनु । पाक सिद्ध भएपछि झिकेर ठण्डा हुन दिनु । ठण्डा भएपछि त्यसमा ६५ तोला मह मिलाएर त्यसलाई जमन दिनु । कडा भएपछि काटेर टुक्रा टुक्रा बनाएर शीशी अथवा चाइनिज माटोको भाँडोमा राख्नु । यो पाक नित्य ३-४ तालाको मात्रा गरी भोजनको अघि सेवन गर्नाले सब रोग शान्त हुन्छन् । बल पौरुष बढाउनको लागि राम्रो औषधी हो । स्त्रीहरूको मृतवत्सा र गर्भपातको दोष पनि ठीक हुन्छ ।

तक्रकल्प

एमेविक डिसेन्ट्रीको अचूक औषधी हो । यो रोग दुःसाध्य रोग हो । यो रोगको प्रसार सिष्टद्वारा हुन्छ । प्रारम्भिक अवस्थामा यो उग्र गतिशील हुन्छ । पछि यसको सन्तान जुन पहिले ठूलो आकृतिमा हुन्थे साना आकृतिका हुन्छन् र केही दिनपछि त बिल्कुल गोलाकार हुन्छन् । यसैलाई सिष्ट (Syst) भन्दछन् । यदि मलपरीक्षाबाट मलमा सिष्ट छ भन्ने विश्वास भयो भने तक्रकल्प गर्नुपर्छ । यसले अवश्य लाभ हुन्छ । ८-१० दिनमा शरीरको तौल बढ्छ । यो कल्प कुनै चिकित्सकको सहायता बिना पनि गर्न सकिन्छ । मही लगभग १ महीनासम्म पिउनुपर्छ । तक्रकल्प गरेको समयमा एलापेथीको डायोडोक्सी क्वीनोलिनको पूरा कोर्स र २० चक्की काँवरसोन पनि खायो भने निश्चय नै रोग नाश हुन्छ । आयुर्वेदिक औषधीमा कल्पकालमा कुटज चूर्ण, कुटजारिष्ट, पञ्चामृत पर्यटी, यी मध्ये

सुनै लिनुपर्छ । कल्प कालमा हप्तामा एक पटक एनिमा (पानी) लिनु आवश्यक छ । महीको मात्रा भोकको हिसावले विस्तार विस्तार बढाउनु पर्छ ।

संयमको आवश्यकता

माथि भनिए जस्तै तक्रकल्पको अवधिमा महीको अतिरिक्त अरू केही खानु हुँदैन । मिठाई, घिउ, तेलमा तारेको चीज र अन्य गरिष्ठ खाद्य पदार्थ एकदम त्याग गर्नुपर्छ । कल्प अवधिमा धेरै कमजोरी महसूस भएमा कहिले कहिले धेरै दही र २-३ चक्की भिटामिन बि. कंफ्लेक्स प्रति दिन लिइरहनु पर्छ । रोग मुक्ति पछि २ महिनातक राति सुत्ने बेलामा ईसबगोलको धुलो तातो पानीसँग खानु बढी लाभकारी छ । कल्पपछि मूँगी या रहरको दाल, उसिनेको तरकारी, गहुँ या जौको रोटी र थोरै घिउ पनि लिन सकिन्छ । फलहरूमा काँचो या पाकेको मेवा, अनार आदि विशेष लाभदायक छ ।

स्मरणीय छ कि पेटका केही यस्ता रोगहरू एकपटक भएपछि निको हुन गाह्रो हुन्छ । यस्ता रोगहरूमध्ये एमेविक डिसेन्ट्री (प्रवाहिका) प्रमुख हो । एमेटिब इंजेक्सन अधिक मात्रामा गर्नु पनि कहिले कहिले खतरनाक हुन्छ । यस रोगको प्रारंभमा सेगीलाई साधारणतः ४-६ पटक दिसा हुन्छ । पछि आउँ र रगत पनि हुन थाल्दछ । कति रोगीलाई त केही लक्षण दृष्टि गोचर हुँदैन या प्रारंभमा नै भएर लक्षण मन्द हुन्छ । रोगीलाई कुनै प्रकारको शिकायत या तकलीफ अनुभव हुँदैन । भोक लाग्छ । भोजन गर्दछ । दिसा पनि लगभग ठीक हुन्छ तर स्वास्थ्य भित्र भित्रै क्षीण हुँदै जान्छ । तरुणावस्थामा यो रोग भयो भने शरीरको तौल बढ्नुको सट्टा प्रतिदिन घट्दै जान्छ । धेरै समयपछि रोगीलाई स्वास्थ्यवर्धक आहार लिँदा मंदाग्रि, अपच, पेट गडगडाउनु आदि हुन थाल्दछ । परिणामस्वरूप

आन्त्रा कमजोर हुन्छ । यो रोगमा मट्टाकल्प (तक्रकल्प) रामबाण औषधी हो ।

हरो कल्प

निम्नलिखित विधिले यदि ठूलो हरो वर्ष दिनभर सेवन गर्ने हो भने प्रायः शरीर सर्व रोग निर्मुक्त हुन्छ ।

चैत वैशाख

ठूलो हरोको चूर्ण ३ मासा, मह एकदेखि दुई तोलासँग ।

जेष्ठ र आषाढ

ठूलो हरो चूर्ण मासा, चाकु एकदेखि दुई तोलासँग ।

श्रावण र भाद्र

ठूलो हरोको चूर्ण ३ मासा, सिधो, नून एकदेखि ३ मासासँग ।

आश्विन र कार्तिक

ठूलो हरोको चूर्ण ३ मासा, मिर्चा २ देखि ३ तोलासँग ।

मंसिर-पुस

ठूलो हरो चूर्ण ३ मासा, पिपला २ देखि ३ मासासँग ।

माघ-फागुन

ठूलो हरोको चूर्ण ३ मासा, सूठो एकदेखि ३ मासासँग ।

चन्द्रप्रभा २ सूर्यप्रभावटी

यो आयुर्वेदको पेटेन्द्र औषधी हो । सबै ऋतुमा सबै प्रकारको रोगको लागि लाभदायक अनुभूत औषधी हो । यसले सबै प्रकारका प्रमेह, मूत्रकृच्छ, सुगम, रक्त प्रकारको वात व्याधि, उदररोग, वायुगोला, पाण्डुरोग, सग्रहणी, हृदय रोग, शुल, खोकी, भगंदर, पथरी, रक्तपित्त, विसमज्वर, वातजन्य र पित्तजन्य रोग नष्ट भएर शरीर स्वस्थ हुन्छ र जठराग्नि प्रदीप्त हुन्छ । यी दुई औषधीमध्ये पनि सूर्यप्रभावटी पिसाखमा चिनी आउने राम्रोमा आते लाभदायक सिद्ध भएका छ । धीर्यपूर्वक सेवन गरेर परीक्षा गर्नु । औषधी अनुभूत छ ।

हृदयको धडकनको औषधी

प्रवार (मूगा) भस्म, गुलकंद या स्याउको पुरब्बासँग सेवन गर्नाले आराम हुन्छ ।



के को अजीर्णमा के खाने?

पिशितपनसयोः स्यादाम्रबीजेन पाकः

कृशरमहिषयोषितक्षीरयोः सैन्धवेन ।

चिपिटपरिणतिः स्यात् पिप्पलीदीपिकाभ्या-

मपहरति तुषाम्भो द्वैदलानामजीर्णम् ॥

मासु र कटहरको अजीर्ण आँपको कोयाले शमन गर्दछ ।
खिचडी र भैंसीका दूधको अजीर्ण सिधेनूनले पाक गर्दछ । पिपला
र ज्यानाले च्यूसको अजीर्ण शमन गर्दछ । माषको बोक्रा भूटेर
जौको पिठाका साथ भाँडामा राखेर पानि सहित बन्द गरेर राखदा
निक्लेको अमिलो पानीले द्विदल (दालहरू) सम्बन्धी अजीर्ण शमन
गर्दछ ।

कर्पूरपूगीफलनागबल्लीकाशमीर जातीफलजातिकोशम् ।
कस्तूरिकासिल्हकनारिकेल फलं पचत्याशु समुद्रफेनः॥

कर्पूर, सुपारी, पान, केशर, जाइफल, जाईपत्री, कस्तूरी, हिङ्ग,
नरिवलको पानी यिनिहरूको अजीर्ण समुद्रफेनले शमन गर्दछ ।

श्यामाकनीवारकुलत्थषष्टि निष्पावकङ्गूर्दधिमण्डकश्च ।
विश्वकुलत्थौ तिलतैलयोगाज्जटाञ्जिनाथस्य निहन्त्यथाग्रम् ॥

सामा, गहत, साठी भटमाष, कागुनु - दहीका तरले, अदुवा;
गहत तिलको तेलले, मोथेको जरांले आँप पचाउँछ ।

कसेरुशृङ्गाटमृणालमृद्वीखर्चूरखण्डा अपि नागरेण ।
पलांशभस्माम्बु तथार्द्रजो वा रसो निहन्त्याद् रसभिक्षुजातम् ॥

कसेरु, शिङ्गडा, कमलनाल, छोहरा, खजूर, मिश्रिको पाक
शुठाले गर्दछ । पलाँशको खरानीको पानी अथवा अदुवाको रसले
उँखुको रसको पाक गर्दछ ।

अम्लेन केनाप्यथबोषणेन कोष्णाम्बुना वा घृतमेति पाकम् ।
तिलादितैलान्यपि काञ्चिकेन सर्जस्य भञ्जा पनसामलक्यौ ॥

अमिलो अथवा मरिच या तातो पानीले घिउ घचाऊँछ ।
काञ्चिकले तेलको पाक गर्दछ । सालधूपले कटहर र अमलाको
पाक गर्दछ ।

व्योषै रसाला सुरभीपयस्तु कोष्णेन मण्डेन विपाकमेति ।
शङ्खस्य चूर्णेन हयारिनारीपयो दधि क्षिप्रमुपैति पाकम् ॥

सूठो, मरिच, पिपलाले सिकर्नीको पाक गर्दछ । तातो माँडले
गाईको दुध पचदछ । शङ्खभस्मले भैसीको दुध, दही चाँडो पाक
गर्दछ ।

शुण्ठी सतीनस्य च नागरङ्ग जम्बीरयोः कोद्रवको निहन्ता ।
जराभिरा गैरिकचन्दनाभ्यामभ्येति पाकं बहुशोऽनुभूतम् ॥

दूलो केराउको पाक सूठाले गर्दछ, मुन्तला र ज्यामीर कोदाले
पचाउँछ, गेरु र चन्दनले सुरालाई पचाउँछ ।

बटो वेशवासाल्लवङ्गेन फेणी शमं पर्यटः शिग्रु बीजेन याति ।
कणामूलतो लङ्गुकापूपसंडाविपाको भवेच्छष्कुलीमण्डयोश्च ॥

बाराको अजीर्णमा वेशवार (पिनेको धनियाँ रायो मरीच सुठो)
(हाड न भएको मासुमात्र थिची तेस्मा गुड मिलाएर उसिनी पिपला
र मरीच) मिलाइ खाए पाक हुन्छ । फिनीको अजीर्ण ल्वाडले शान्त
गर्दछ । सहेजनले पापडको अजीर्ण शान्त गर्दछ । पिपलाका जराले
लङ्गु, मालपूवा र पक्षि विशेषको मासुको पाक गर्दछ । तिल चामल
माष मिलाएर बनाएको यवागुको अजीर्ण पनि पिपलाका जराले
पाक गर्दछ ।

जीर्यन्त्येवं पायसं मुद्रयूषात् सामुद्रादप्यारनालं सुखाय ॥

मूगका दालको पानीले खीस्को पाक गर्दछ, सामरीनूनले काज्जिकको अजीर्ण शान्त गर्दछ ।

तप्तं तप्तं हेम वा तारमग्नौ चारं चारं क्षिप्तमम्भस्सु तच्च ।
पीत्वावश्यं दीर्घकलोपपन्नमम्भोऽजीर्णं शीघ्रमेवं जहाति ॥

तताएको सुन अथवा पीतल बार बार चोपियेको पानी पिएपछि धेरै कालदेखि भएको पानीको अजीर्ण चाँडो शान्त गर्दछ ।

पालङ्किकाकेमुक्कारबेल्लवार्ताकवंशाङ्कुरमूलकानाम् ।
उपोदिकालाबुपटोलकानां सिद्धार्थको मेघरवश्च प्रक्ता ॥

पालुङ्गो, किमू, करेलो, भण्टा, टुसा मूलाको र कवैलौका परवरको पनि सैस्यू र लुडेले पाक गर्दछ ।

पटोलवंशाङ्कुरकारबेल्लफलान्यलावृनि बहूनि जरध्वा ।
क्षारोदकं ब्रह्मतरोर्निपीय भोक्तुं पुनर्वाञ्छति तावदेव ॥

परवर, टुसा करेलो, लौको धेरै खायेर भएका अजीर्णमा पलाँशको खरानी फिटेर पानी पियो भने फेरी खाने इच्छा गर्दछ ।

विपच्यते सूरणको गुडेन तथालुकं तण्डुलतोयपानात् ।
जम्बीरनीरेण निशा रसोनं मुस्तेन तूर्णं परिणाममेति ॥

गुडले सूरण, चौलानीले आलु पचदछ । ज्यामीरको रसले हलैदो; मोथेले लसुन चाँडै पाक हुन्छ ।

चञ्चूकसिद्धार्थकवास्तुकानां गायत्रिसारक्वथितेन पाकः ।
सर्वाणि शाकान्युपयान्ति पाकं क्षारेण सद्यस्ति लनालजेन ॥

चमसूर, सस्यू, बेथेका शाग, खयरको सारको काढाले पचदछ । तिलका डाँठको खरानीले सम्पूर्ण शागहरू पचदछन् ।

आघ्रातकोदुम्बरपिप्पलानां फलानि प्लक्षश्चटादिकानाम् ।
स्युः शर्मणे पथ्यपितोदकेन पिप्पलमज्जा च कटुष्णाकेन ॥

बासी पानीले अमारो दुग्धी, पिप्पलका फलको र पाखुरी र
वरका फलको पनि पाक गर्दछ । चिरौजीको गुदी ताता पानाल पाक
गर्दछ ।

स्नेहाजीर्ण रोगिणां मृद्गचूर्ण लाजा मुस्तो हन्ति वै रेचकानाम् ।
माषेण्डर्या निम्बमूलेनपाकाश्चिच्छा मृञ्जत्यस्नता चूर्णयोगात् ॥

चिल्लाको अजीर्ण मूँगका चूर्णले श्मन गर्दछ । रेचक पदार्थको
अजीर्ण लावालै श्मन गर्दछ । माषेण्डसीको नीमका जराले पाक
हुन्छ । तिताले अमिलो चून्ना संवन्धबाट अमिलो छोड्दछ ।

उष्णो न शीतं शिथिरेण चोष्णमस्लेन च क्षारगणो गुणाय ।
स्नेहेन रुक्षं वमनातियोगे सिता हिता स्यादिति काशिराजः ॥

ताताले चिसोमा, चिसाले तानोमा, अमिलाले क्षारमा, चिल्लाले
रूखामा हित गर्दछ । जस्तदा वमन भएमा मिश्री हितकर छ, यागे
वैद्यराजको भनाइ छ ।

ताम्बूलमध्यस्थितचूर्णकेन सन्दह्यते यस्य मुखं नरस्य ।
तैलेन वा केवलकाञ्जिकेन सुखाय गण्डूषमसौ विदध्यात् ॥

पानमा राखेका चूनले मुखमा जलन भएमा-तेलले अथवा
खाली काञ्जिकले कुल्ला गरे निको हुन्छ ।

शीतोदकं नस्यजरोगहारि नारीपयश्चाञ्जनरुग्विनाशि ।
शैलोदकं धूमगदे प्रशस्तं धात्रीप्रलेपोऽतिविरेचनेषु ॥

चिसो पानीले नसबाट पैदा भएको नाकको रोग हरण गर्दछ ।
अञ्जनले पैदा भएको आँखाको रोग स्त्रीका दुधले नाश गर्दछ ।

धूवाँबाट भएका रोगमा पर्वतबाट निक्लेका छहराको पानीले र शिलाजितले हित गर्दछ । धेरै झाडा - पखाला लागेमा नाभिमा अमलाको लेप लगाए निको हुन्छ ।

‘प्रवातसुप्तिः सुरतावसाने ।’

मैथुनको थकावट हावामा निदाए हराउँछ ।

श्रवणपूरणजे तिलतैलतः श्रवणपूरणमेव सुखं विदुः ।
कवलजेषु गदेष्वथ कारयेत् कवलमार्द्रकजद्रवजं पुनः ॥

कान धुनिए तिलको तेल कानमा हाले निको हुन्छ । खान लागेकोमा गला लाम्नु आदि केही भएमा अदुवाका रसले गास बनाएर खाएमा निको हुन्छ ।

एवार्सुचीनारुक्प्रोः फलानि कूष्माण्डकं च त्रघुसीफलञ्च ।
निहन्ति सद्यो हि करञ्जबीजं शरं यथैवारणिमूलमेकम् ॥

जस्तै गैररीको जरो घोटेर निक्लेको आगाले नर्कट जलाए झैं खरबूजा, चिनिया आरू, कुभिण्डो, काँक्रोहरू करञ्जबीजले चाँडै पचाउँछ ।

स्त्रीकेशाम्बु निपीतमाशु हन्यात्प्राचीनामलकं सपाणिमर्दम् ।
शुण्ठीधान्यकवारिहन्ति सद्यस्तांस्तान्नाम विलासजान् विकारान् ॥

घ्यूकुमारीको जराको पानी पिउनाले पानीअमला र पनेल (पैनार) को अजीर्ण शमन गर्दछ । बिलासबाट भएका विकारहरूलाई सूठो र धनियाँका पानीले शान्त गर्दछ ।

मदयति नहि मह्यं जातुचेत्पीतमद्यः पिबति घृतसमेतां शर्करामेव सद्यः ।
अथघनमधुकैलाकुष्टधान्यैलबालुप्रकटितकवलास्थेमद्यगन्धोपिनस्यात् ॥

रक्सी पियेका मानिसले तुरन्त घ्यू चिनी मिलाएर खायो भने
रक्सी लाग्दैन । रक्सी खायेका मानिसले मोथे, जेठी मधु, अलैंची,
कुट, धनियाँ, एलुवा मुखमा राखेपछि रक्सीको गन्ध पनि हुँदैन ।
कूष्माण्डकस्य स्वरसो गुडेन पीतो मदं कोद्रवजं निहन्ति ।
पयो निपीतं सितया समेतमुन्मत्तमत्तत्वमपाकरोति ॥

गुड मिलाएर कुभिण्डाको रस पिउनाले कौदाको रक्सीको
नसा नाश गर्दछ । मिश्री मिलाएको दूधले धतूराको नसा नाश गर्दछ ।
घ्रात्वा स्वकक्षं विपिनोषलं वा सम्प्राश्य किञ्चित्पटुशर्करां वा ।
शीताम्बु पीतं चुलुकेन वापि प्रसह्य पूगीमदमुज्जहाति ॥

सुपारीको नशामा आफ्नो काखी अथवा बनको ढुङ्गो सुँझु
अथवा चिनी खानु अथवा अँजुलीले पानी पिउनु छोड्दछ ।
विश्वौषधचपलोषणसैन्धवधान्याकहिङ्गुरजनीभिः ।
करकाजाजियुताभिर्गदितो मुनिभिस्तु वेशवारोयम् ॥

सूठी, पिपला, मरीच, सिधेनून, धनिया, हिङ्ग, हलेदो, दाडिम,
जिरा धिनी सबै मिलायेको वस्तुलाई मुनिहरूले वेशवार (बेसार)
भन्दछन् ।

स्वप्नमेवोष्ट्रयानस्य गजयानस्य मैथुनम् ।
मर्दनञ्चाश्वयानस्य पदभ्यां यानस्य भोजनम् ॥

ढँटमा चढेका मानिसलाई सुत्नु हित हुन्छ, हाति चढेको थकावट
मैथुनबाट शान्त हुन्छ, घोडा चढेको थकावट मालिस गरे ठीक हुन्छ,
पैदल हिँडेको थकावट भोजन गरे ठीक हुन्छ । (अमृत मञ्जरी)



अर्कप्रधान-औषधी-गुणहरू

१. अशोकसार :- सुगन्ध शीतल रसायन कफाय मधुर रक्तरोधक रक्तशोधक मूर्तिकासम्बन्धि समस्त रोगनाशक समग्र नारीरोगनाशक त्रिदोषनाशक ।

२. अपामार्गसार :- तीक्ष्ण उष्ण रक्तरोधक वमनकारक, कफ वात अपन्त्र उदररोग दाह अर्श रक्तातिसारनाशक ।

३. आमलकीसार :- अमला मधुराम्ल शीतल दीपन पाचन रुचिकर रसायन जराव्याधिनाशक क्वायकल्पकारक भेदी मस्तिष्कहितकारक, रक्तगिन्त प्रमेह प्रदर विष वमन ज्वर शोथ तुषा त्रिदोषनाशक ।

४. आर्द्रकसार :- मृदुभेदी तीक्ष्ण उष्ण दीपक पाचक रुचिकर पित्त मधुर कटु रूखो जिह्वाकण्ठशोधक, प्रतिश्याम कुष्ठ पाण्डू मूत्रकृच्छ्र रक्तपित्त व्रण ज्वर दाहनाशक ।

५. आरग्वधसार :- राजवृक्षफल मधुर रसायन हृद्यभेदी वातपित्त रक्तचिकार उदावर्त ज्वर शूल अवष्टम्भनाशक ।

६. इन्द्रियवसार :- तीक्ष्ण तीक्ष्ण शीतल अलावरोधक उष्णवीर्य पाचक दीपक वातकारक, दाह पित्त सर्वज्वर शूल अल्काइ अतिसार त्रिदोष कुष्ठ कृमि विसर्प आम रक्ताश्ररोगदोष भ्रम श्रम ग्लानिनाशक ।

७. इन्द्राणीसार :- सानु ठूलो दुबे इन्ध्रेनि तीक्ष्ण पाक पित्त भेदी हलुको उष्णवीर्य, कामला कफ पित्त फियो यकृत् पेटरोग श्वास कास कुष्ठ गुल्म ग्रन्थि व्रण प्रमेह मूढगर्भ आम गण्डमाला विषदोष नाशक । फलमूलोपयोग ।

८. उपोदिकासार :- (पुदिना) केही गह्रौं, स्वादिष्ट हृद्य

मलावरोधक मूत्रशोधक विष दोष विसूचिका अतिसार वमन ग्लानि मन्दाग्नि ग्रहणी जीर्णज्वर कफ कास रक्तरोग कृमिरोगादिनाशक ।

९. उशीरसार :- सुगन्ध शीतल रक्तदोष तृषा विसर्प दाह व्रण कफ पित्त ज्वरादिनाशक ।

१०. कर्पूरसार :- शीतल वीर्यवर्धक सुगन्धित हलुको नेत्ररोगनाशक रक्तपित्त कफपित्त दाह विष तृषा मुखरोग विसूचिका शूल कृमि सर्वोदररोग रुघानाशक ।

११. कण्टकारिसार :- (सानादाना भएको विहिं) शीतल स्वादिष्ट स्वरशोधक रुखो ग्राही नेत्रहित अग्निदीपक व्रणशोधक नाडीशोधक सूक्ष्मरोपण मृदुवर्णकारक आनन्ददायक मेधाजनक रुचिकारक अल्पवातकारक, अर्शकुष्ठ कफ रक्तपित्त कृमि मद् भेद ग्लानि तिर्षा वान्ति अतिसार दाह क्षत क्षय हिक्का विष वायु कास श्वास मलबद्धता त्रिदोषनाशक । (सानु बोट ठूलो फल भयेको विहिं) साग्न केही तितो पिरो दीपक पाचक हलुको रुखो उष्णवीर्य वातपित्त कफ कास श्वास ज्वर कृमि प्रमेह पार्श्वपीडा हृदयरोग पिनासनाशक भेदी । फलप्रयोग उत्तम ।

१२. कन्यादिसार :- अल्काइमा तातापानीसित खाने लाउने तथा नाना रोगमा प्रयोग गर्ने ।

१३. काफलसार :- टर्रो मधुराम्ल रुचिकारक तीक्ष्ण उष्णवीर्य हिक्काकारक, कण्ठरोग कफ वात ज्वर काम श्वास प्रमेह प्रदर अल्काइ खोकि अरुचि उग्रदाह मुखरोग गुल्मनाशक ।

१४. काकजङ्घासार :- टर्रो उष्ण तितो शीतल कफनाशक वमनकारक गानु बसाल्ने, शोथ अल्काइ अर्श श्वेत कुष्ठ (दुवी) कफ पित्त ज्वर आँसु व्रण कण्डू विष कृमि बधिरता क्षतनाशक ।

घ्यूसित खोंदा शूल, तोरिका तेलसित खोंदा वातरोग निको हुन्छ ।
रानीसिन्का, अमला, भृङ्गराज, घी ३ को समरस तिलको तेलमा
पकायेर बत्ति बाली पानी सुकाइ शिरमा लाउँदा समस्त शिररोग
नाश हुन्छ र सेतो कपाल कालो हुन्छ ।

१५. कालहरिद्रासार :- (कचुर) तितो लघु उष्ण अग्निदीपन
रुचिवर्धक कोष्ठ अर्श धाउ खोकि श्वास गुल्म वात कफ
भृङ्गीरोगनाशक ।

१६. किरातसार :- तितो वातकारक रक्तशोधक भेदी शीतल
हलुको पथ्य रुचिकारक, तृषा कफ पित्त ज्वर कृमि दाह सन्निधान
शूल प्रमेह प्रदर कास श्वास अर्शरोग नाशक ।

१७. कुटसार :- कुटकी कटुको तितो पिरो लघु दीपन पाचन
ज्वरनाशक रुचिकारक रक्तशोधक त्रिदोषनाशक रुघा खोकी शिररोग
नेत्ररोग कण्ठरोग कुष्ठरोगनाशक सुगन्ध ।

१८. कुमारीसार :- शीतलभेदी तीक्ष्ण पथुर रसायन वृष्य
बल्य नेत्रहितकारी वीर्यवर्धक अग्निदाहशमन वात विष गुल्म प्लीहा
यकृत वमन कफ ज्वर रक्तपित्त समस्त चर्मरोग समस्त कर्णरोग
शिरवेदननाशक ।

१९. कुशसार :- शीतल रुचिकर मधुर कफकर शुक्र-
रक्तशोधक कफरक्त रक्तपित्त श्वास तृषा विष मूत्रकृच्छ्र वस्तिशूल
कामला प्रदर प्रमेह रक्तविकार विस्पर्ष वमन मूर्च्छा पत्थरी प्रभृति
रोगनाशक ।

२०. केतकीसार :- केमरा कषायमधुर सुगन्ध हृद्य वृष्य बल्य
चक्षुष्य मुखदुर्गन्धशोधक रक्तशोधक प्रदर प्रमेह ग्रहणी वमन
विसूचिका सूतिवात छर्दि ग्लानिनाशक ।

२१. गजसार :- मुटुबलदायक फियो शूल दाह रक्तप्रवाह शिरोर्तिनाशक ।

२२. गुडुचीसार :- टर्से कटु उष्णवीर्य मलरोधक रसायन बल्य मधुर दीपक पाचक हलुको हृदयहितकारी आयुवर्धक, ज्वर दाह तृषा रक्तदोष वात पित्त कफ भ्रम पाण्डु प्रमेह प्रदर कामला त्रिदोष आउँ खोकि कुष्ठ कृमि वातरक्त खर्जु मेद विष विसर्पनाशक । गुर्जो घिउसित खाये वातनाशक, गुडसित खाये मलरोधक, सब्बदगसित खाये पित्तनाशक, महसित खाये कफनाशक, अँडिरतेलसित खाये वायु विष्टम्भनाशक, सुठोसित खाये आउँ वातनाशक छ ।

२३. गुडत्वक्सार :- (दालचीनी) पिरो सुगन्ध मधुर तीक्ष्ण बल्य वृष्य कफ वात पित्त तृषा मुखरोग अरुचि अजीर्णनाशक ।

२४. गोरक्षपानसार :- पिरो हलुको रुखो विशद नेत्रहितकारी हृदयहितकारी रुचिकारक ग्रहनाशक रक्तशोधक श्लेष्मपित्तनाशक वार्धक्यहर विष्टम्भजनक अतिसारहर मलबन्धक मूत्रकृच्छ्र पत्थरी वात पित्तविकार त्वचारोग कृमिनाशक ।

२५. गोरक्षमुण्डीसार :- तिक्त मधुरभेदी तीक्ष्ण हलुको मेधाजनक बलवर्धक रसायन, गलगण्ड गण्डमाला लूतो विस्फोट अरुचि अजीर्ण वात कफ प्लीहा मेदोरोग उन्माद श्लीषद पाण्डु सर्वयोनिरोग सर्वधातुरोग अर्श मूत्रकृच्छ्र खोकि आम भृगी कृमि कुष्ठ पित्त विष श्वास कास अतिसार वान्ति दन्तरोगनाशक ।

२६. गोक्षुरसार :- (गोखुरु) अश्मरी मूत्रकृच्छ्र कास श्वास प्रमेह अर्शनाशक, शीतवीर्य पुष्टिकर मूत्रशोधक ।

२७. गोल्लातसार :- गौलेतो बल्य वृष्य दुग्धवर्धक रक्तशोधक

मुख कण्ठ जठर अन्त्र वायु पित्तक अवष्टम्भनाशक गलगण्ड गण्डमाला शीतलाशमन पशुगल भेकरुङ्नाशक ।

२८. गौरांशसार :- गुराँसका फूल र बोक्राको सार विशेष मधुर टर्पो रसायन रक्तशोधक, धातुरोग, नेत्ररोग कण्ठरोग जठररोग हैजा ग्रहणी ब्रण मत्स्यकण्टक प्रभृतिनाशक ।

२९. ग्वाङ्दलसार :- (वनआलु) यकृत प्लीहा शूल गुल्म समस्त पेटरोगनाशक, वृष्य बल्य हृद्य रक्तशोधक त्रिदोषनाशक किञ्चिन्मदकारक ।

३०. घोटमरिचसार :- (घोडामर्चो) पिस्रो तीक्ष्ण सुगन्ध लघु लेखन शीतवीर्य रसायन रुचिकर पाचक दीपक सुगन्धनाशक रक्तमलमूत्रशोधक शुक्रवर्धक वात पित्त कफ कृमि शूल गुल्म प्लीहा श्लीषद यकृत आनाह शोथ वान्ति ग्लानि पाण्डु गण्डमाला प्रतिश्याम सर्व ज्वर त्रिदोष सन्निपातनाशक ।

३१. चन्द्रगुणसार :- चन्द्रमाका सबै गुण भयेको सबै रोगमा प्रयोग गरिने सत्यजीवनको काम पनि गर्ने खाने लाउने नवरसमा मिलाउने ।

३२. चित्रकसार :- कालो चितो रक्तवात रक्तदोष कुष्ठ कृमि अग्निदाह समस्त पेटरोग ज्वर अरुचि वात पित्त कफ नेत्ररोग त्रिदोषनाशक । रसायन दीपक पाचक रोचक तीक्ष्ण उष्णवीर्य ।

३३. जपापुष्पसार :- शीतल मधुर स्निग्ध पुष्टिकर गर्भवर्धक ग्राही केशहित, वमन दाह प्रमेह प्रदर अर्श प्रभृति रोगनाशक ।

३४. जटामर्षीसार :- सूतिवात सर्ववात पित्त कफ कृमि सन्धिवेदना भित्री चोट त्रिदोष शिरोर्ति नेत्ररोगनाशक केशरञ्जक

रसायन वृष्य बल्य हृद्य चक्षुष्य आयुष्य चर्ममृदुकर व्रणरोयण
वर्णशोधक रक्तशोधक रुचिकर पाचक ।

३५. जम्बीरसार :- (कागती) मधुराम्ल रसायन हलुको
शीतल पथ्य, वर्णरक्त मलमूत्र कोष्ठशोधक हृदयहितकारी दीपन
पाचन रोचन, विसूचिका वात पित्त शिरोवेदना कृमिसमूहनाशक ।

३६. ज्यामिरसार :- केही मधुर अमिलो वातनाशक पित्तजनक
पथि रोचक पाचक बलवर्धक अग्निदीपक शूल गुल्म कृमिनाशक ।

३७. जीरकसार :- (पेटां जीरो) मूत्रशोधक मलरोधक दीपक
पाचक हलुको केही शीतल मधुर सुगन्ध रुचिवर्धक नेत्रहितकारी
गर्भशोधक रक्तशोधक रुचि बल्य छर्दि क्षय वात पित्त कफ कुछ
विष विकार ज्वर त्रिदोष रक्तविकार कृमि अतिसार पिनास
गुल्मादिरोगनाशक । कालो जीरो पित्तादि नाना रोगनाशक ।

३८. ज्वराङ्कुशसार :- (पिरें) सुगन्ध शीतल लघु लेखन
दीपन पाचन रोचन-तृषा दाह ज्वर त्रिदोष रक्तविकार प्रदर प्रमेह
मूत्रघात मूत्रकृच्छ्र हृदयदौर्बल्य कण्ठकण्ठता अर्श अतिसार ग्रहणी
गलगण्ड गण्डमाला शीतलादि रोगनाशक रसायन ।

३९. तुम्बुरुसार :- (टिमुर्) पर्यराउने तीखो रुखो दीपक
पाचक रोचक, वात कफ शूल गुल्म कृमि शोथ फोट गलगण्ड
श्लीषद जहरवात आध्मान सैनखटिरा रुधा खोकी शिरोरोग दन्तरोग
महारोगनाशक ।

४०. तेजपत्रसार :- मधुर केही तीक्ष्ण उष्ण चिल्लो हलुको,
हृदयरोग कफ वात पित्त अर्श अरुचि दन्तरोग पिनासनाशक ।

४१. त्रिकटुसार :- दीपक पाचक रोचक कास श्वास कफ
गलरोग गुल्म प्रमेह स्थूलता श्लीषद पिनासनाशक ।

४२. त्रिविषसार :- यसको सेतो कालो विष शोधेर प्रयोग गर्नुपर्छ; घाउ खटिरा वात दोष विष जीर्ण रोग प्रभृतिमा खाने लाउने ।

४३. दशमूलसार:- त्रिदोषनाशक कास श्वास शिररोग तन्त्रा शोथ जीर्ण ज्वर ज्वर आनाह अलकाङ्ग अरुचि मन्दाग्नि संग्रहणी रक्तगतिसार वातविकार मूत्रघात मूत्रकृच्छ्र उदररोग प्रदर प्रमेह दुर्बलतानाशक । रक्तरोधक सूतीका हितकारक ।

४४. दूर्वोसार :- (श्वेत हरित दुबो) केही टर्रो मधुर शीतल तृप्तिकारक रसायन रुचिकारक सञ्जीवन रक्तरोधक रक्तशोधक, कफ वात पित्त तृषा अरुचि दाह मूर्छा गृहदोष भूतबाधा श्रम रक्तपित्त अतिसार ज्वर वमन चर्मरोग क्षयरोगनाशक ।

४५. द्रोणपुष्पसार :- तितो रुखो शीतवीर्य ग्राही रक्तमूत्रशोधक त्रिदोषनाशक रोचक पाचक दीपक सर्वविकार कालज्वरादिसर्व ज्वर स्वेदक व्रण शोथ-कृमि कुष्ठ गुल्म फियो प्रभृति नाशक ।

४६. धवसार :- (धाईरो-धयेरो) विशेष - पुष्प प्रयोग, कषाय मधुर शीतल मादक हलुको गर्भस्थापक रक्तप्रवाहिकारोधक, पित्त तृषा व्रण विसर्प अतिसार दन्तरोग रक्त दोष कृमि धातुरोग जठररोगनाशक ।

४७. घत्तूरसार :- पीरो रिंगटा लाग्ने वान्तिकारक उष्ण कान्तिकारक अग्निदीपक तिक्त मधुर गरिष्ठ रक्तशोधक, श्वास कास कफज्वर फोका कृमि विष व्रण वात दाह दाद कण्डू लूता वेदना कुष्ठादि समस्त चर्मरोगनाशक ।

४८. धान्यकसार :- तृष्णा दाह वमन कास श्वास अर्श ज्वर पित्त त्रिदोषनाशक मूत्रशोधक सुगन्ध ।

४९. निर्गुण्डीसार :- रुखो हलुको अग्निदीपक नेत्ररोगनाशक

स्मरणशक्तिदायक मेधाजनक वात सन्धिवात क्षय आउँ जुका घाउ
खटिरा पेटका गोला शूल कण्ठरोग अरुचि ज्वर रुघा श्वास कास
पित्त प्रदर पित्तज्वर प्रभृतिनाशक ।

५०. निर्विषीमार :- (निर्मसी) पिरो शीतल वर्णकारक कफ
वात रक्तशोधक समस्त स्थावर जङ्गम विष नाशक ।

५१. निर्मलीसार :- तितो पिरो लेखन रुचिकर हलुको नेत्रहित
शीतल विशद विकार छेदन मधुर जलप्रसादक, विष तृषा दाह गृलम
शूल कृमि प्रमेह प्रदरादिरोगनाशक । काँचो फल शीतल नेत्रहित
दानवधक, रक्तपित्त विष तृषा मूर्छानाशक । अधकाँचो फल-दुर्ज
रुचिकर कफ पित्तनाशक । पाकेको फल पित्त वमनकारक, पसिना
झिकने नेत्रहित तितो मधुर गुरु जलप्रसादक पाण्डु शोथ प्रतिश्याम
विष तृषा कामला पत्थरी कफ वात मूत्रकृच्छ्र प्रमेह शिरोरोग नाशक ।
निर्मलीपूल-सर्व कुष्ठरोगनाशक ।

५२. निम्बसार :- (निम) तितो पिरो ग्राही हलुको शीतल
दीपक पाचक रोचक व्रण वर्णशोधक, विष वमन कृमि श्रम प्रदर
प्रमेह हृदयदाह कुष्ठ कण्डू कफ पित्त वात शोथ कास श्वास ज्वर
रक्तविकार अरुचि तृषानाशक । कमला घात वातकारक रक्तपित्त
नेत्ररोग अरुचि कफ कुष्ठनाशक । फूल-पित्त कफ कृमिनाशक ।
पञ्चाङ्ग-रुधिर विकार कण्डू कुष्ठ पित्त व्रण दाहादि नाशक ।

५३. नेत्र बिन्दु :- आँखाको जालो फुलो लाली वादल जलन
तेजोमन्दता घोंचने, धुवाँ लागेको धुलो छारो परेको पाकेको आँसु
बग्ने सुकेको हिउँ लागेको दुख्ने चिलाउने सुनिने प्रभृति समग्रनेत्र
रोगनाशक ।

५४. पद्मसार :- (पैवुँ) पञ्चाङ्ग- टर्से पिरो तिरो शीतल

वादी हलुको गर्भस्थापक रुचिकर, विसर्प दाह विस्फोट कुष्ठ कफ पित्त रक्त पित्त वमन व्रण अतिसार पिपासानाशक ।

५५. पद्मचालनसार :- (पद्मचालन) मधुरास्ल रसायन शीतल घाउ खटिरा अशक्तता थित्रीछोट कोष्ठरोग विष तृषा चान्ति कास श्वास अरुचि अवष्टम्भ रक्तदोष त्रिदोष नेत्र शिरोमूत्ररोगनाशक ।

५६. पञ्चाङ्गलसार :- मृगन्ध मधुर उष्णवीर्य वीर्यवर्धक हृद्यवृष्य बल्य रसायन चक्षुष्य अक्षुष्य जश व्याधिनाशक गरिष्ठ क्षुधा तृषानाशक व्रणरोषण, सिल्विस खाँटा वात पित्त कफ जीर्णज्वर जीर्णसमस्तरोगनाशक ।

५७. पथ्यासार :- (नृलो हरी) टरी उष्णवीर्य दीपक पाचक मेधाजनक पाक स्वादिष्ट दृढिस्त हलुको आयुवर्धक बलकारक वायु अनुलामकारक, अल्काई शूल गुल्म प्लीहा प्रमेह प्रदर शोथ कुष्ठ कफ वात पित्त त्रिदोष कास श्वास स्वरभङ्ग ओष्ठ जिह्वा मुख कण्ठ जठर अन्त्र गुद पिटक क्षत ग्रहणी विबन्ध विषम ज्वर विष तृषा वमन आनाह हिक्का हृदयरोग कृमि कण्डू पाण्डु गलगण्ड गण्डमाला कामला यकृत आश्मरी मूत्रवृद्धि मूत्रघातरोगनाशक । भुटेर खाँदा त्रिदोषनाशक । चूर्ण गरौ भोजनसित खाँदा बलबुद्धिवर्धक इन्द्रियप्रकाशक कफ पित्त वाननाशक दिशा पिसाव खोल्ल नूनसित खाँदा कफलाई, मिश्रीसित खाँदा पित्तलाई, धिउसित खाँदा वातलाई र शक्करसित खाँदा अरू अनेक रोगलाई शमन गर्छ ।

५८. पलाशसार :- टरी उष्ण वीर्यवर्धक दीपक सारक स्निग्ध मलरोधक मस्तिष्कसन्धाता व्रण गुल्म कृमि प्लीहा संग्रहणी अल्काई वात कफ पित्त योनिरोगनाशक ।

५९. पारिजातसार :- तितो ग्लानिहारक शक्तिकारक कालज्वर विषम ज्वरादि सर्वज्वरनाशक शिरोरोग रुघा खोकी शीत थकाइ पिनासादिनाशक रुचिकारक रक्तशोधक सुगन्ध ।

६०. पाषाणभेदसार :- कषाय मधुरात्म शीतल वस्तिशोधक भेदक त्रिदोषनाशक, अर्श शूल गुल्म (गानु) प्लीहा आम अतिसार अन्त्रव्रण मूत्रकृच्छ्र पत्थरी हर्द्रोग प्रमेह प्रदरादिनाशक सुगन्ध ।

६१. पिप्पलीसार :- पिपला हलुको पिरो दीपक पाचक वीर्यवर्धक स्वादिष्ट रसायन केही उष्ण, आम कफ वात कास श्वास ज्वर कुष्ठ जठररोग प्रदर प्रमेह अल्काई शूल गुल्म प्लीहा क्षयरोगनाशक । शक्करसित खँदा जीर्णज्वर हृदयरोग मन्दाग्नि खोकी अजीर्ण अरुचि श्वास पाण्डु कृमिनाशक । शक्कर सुठो मिलाइ खँदा आउँ शूल शोध अजीर्णनाशक । निम्ब रस मिलाई नस लिँदा अपस्मारनाशक ।

६२. पिपलमेण्टसार :- रुघा खोकी कफ पित्त दाह वायु शिरःशूल जठरशूल अजीर्ण प्रमेहनाशक ।

६३. पुनर्नवासार :- सेतो भन्दा रा गे राम्रो, तिक्त मधुर उष्ण दीपन पाचन रोचन लोचनज्योतिर्वर्धन रसायन भेदी रुखो हृदयहितकारक, शोध वात पित्तकफ कास श्वास घाउ अल्काइ पाण्डु विष शूल जठररोग क्षत रक्तप्रदर प्रभृतिनाशक ।

६४. बलातिबलासार :- दुबै बलु ग्राही हृद्य बल्य वृष्य चक्षुष्य आयुष्य गरिष्ठ क्षुधा तृषानाशक व्रणरोपण रक्तरोधक रक्तशोधक वर्णकारक कायकल्पकारक वयःस्थापक ।

६५. बालबन्धुसार :- घाम अजीर्ण अतिसार प्रभृति समस्त बालरोगनाशक वायुशमनकारी दीपक पाचक रोचक ।

६६. बाक्लाकानेसार :- भृङ्गीमा घाँटी खटिरामा आमाशय-देखि पायुसम्मका स्फोटमा नेत्रशिरोरोगमा हितकारक, रुदिलोत्तुल्य काम पनि सबै गर्ने ।

६७. ब्राह्मीसार :- ६ प्रकारको ब्राह्मी हलुको शीतल रसायन
 मूत्रशोधक मूत्रशोधक वीर्यवर्धक आयुवर्धक बुद्धिवर्धक स्मरण-
 शक्तिदायक कण्ठशोधक हृदयहितकारक अग्निदीपक रुचिकारक,
 वातपित्त रक्तपित्त प्रदर प्रमेह ज्वर कास श्वासनाशक।

६८. बिल्वसार :- (बेल) मधुर कषाय वृष्य बल्य हृद्य उष्ण
 दीपक पाचक रोचक ग्राही रूक्ष पित्तकर पिरो गुरु, वातातिसार
 कफातिसार संग्रहणी शूल फोहो ज्वरनाशक । पाकेको फल दाहजनक
 मधुर विष्टम्भक उष्ण ग्राही दुर्जर त्रिदोषनाशक वातकारक
 मन्दाग्निकारक । जरा-मधुरकषय त्रिदोष वमन । प्रकृच्छ वायु
 कफ पित्तनाशक । पात-ग्राही वात कफ आर्तनाशक रोचक
 शूलकारक । फूल-अतिसार तृषा वमननाशक । विजाँको तेल-उष्ण
 वात पिनासनाशक । काउचो चोपबल्य वृष्य चक्षुष्य ग्राही रसायन ।

६९. बिभीतकसार :- (बर्रो) टर्रो मधुर शीतल हलुको
 पाकमिष्ट केशवर्धक, वात पित्त कफ कुछ कास श्वास क्षय रक्तदोष
 नासारोगनाशक । विजाँ-तृषा वमन वात कफ नेत्र फुलो नाशक ।

७०. भृङ्गराजसार :- तित्तो उष्ण रसायन मेधाजनक वीर्यवर्धक
 नेत्रहित केशहित चर्ममृदुकारक, दन्तरोग शोथ अन्त्र वृद्धि हृदयरोग
 शिरोरोग नेत्ररोग वात कफ कास श्वास सुष्ठु कर्म आम पाण्डु कण्डू
 विष दौषनाशक ।

७१. मयूरशिखासार :- तित्त लघु शीतल रसायन शीतवीर्य,
 समस्त धातुरोग सूतिका वातविकृति रक्तविकार प्रदर प्रमेह त्रिदोष
 बालरोग अन्त्रव्रण नासिका नेत्ररोग सैनखटिरा कफ पित्त अतिसार
 मूत्रकृच्छादिरोग नाशक ।

७२. परिचसार :- पिरो तीक्ष्ण रोचक पाचक दीपक उष्ण

शीत वीर्य वातारि पित्तजनक रुखो, कफ कास श्वास शूल गुल्म कृमि अरुचि अजीर्ण रुघानाशक ।

७३. मधुयष्टिसार :- (जेठिमधु) मधुर शीतल बलकारक रसायन वीर्यवर्धक गुरु रुचिकर पृष्टिकर नेत्रकण्ठहित व्रणमूत्रशोधक, वातरक्त रक्तपित्त रक्तविकार कुष्ठ शोथ तथा विष घमन ग्लानि क्षयनाशक ।

७४. महाबलासार :- मधुर धातुवर्धक बलकारक, दाह हृदयरोग ज्वर अर्श शोथ विषमज्वर सर्वप्रदर प्रमेह मूत्रातिसारप्रभृति नाशक ।

७५. मूषाकर्णिसार :- पिरो उष्ण शीतवीर्य रसायन सारक हलुको, कफ पेटरोग पाण्डु भगन्दर विष पिनास चर्मरोग सर्वविध कुष्ठनाशक ।

७६. यवाङ्कुरसार :- (जमरा) सारक दीपक लघु सूक्ष्म कफ वात कुष्ठ अश्मरी गुल्म शूल आमशूल यकृत प्लीहा मूत्रकृच्छ्र श्वास अर्श आर्त आनाह हृदयरोग पाण्डु ग्रहणी हैजानाशक ।

७७. यवानीसार :- (ज्वानु) सुगन्ध पिरो दीपक पाचक रोचक तीक्ष्ण उष्ण हलुको वीर्यवर्धक पित्तकारक कफ वात शूल गुल्म बाडुल्की प्लीहा नेत्र उदररोग कृमि अजीर्ण रुघा खौकीनाशक ।

७८. लवङ्गसार :- सुगन्ध शीतल मङ्गलदायक शीतवीर्य हृद्य नेत्ररोग विष पित्त कफ वात कास श्वास वान्ति शूल गुल्म हैजा-नाशक रक्तशोधक रुचिकर पाचक ।

७९. वचासार :- बोझो उग्रगन्ध पिरो गह्वीं अग्निवर्धक वीर्यजनक स्मरणशक्तिदायक जिह्वाकण्ठशोधक मलमूत्रशोधक विबन्ध उत्तेजक शूल गुल्म वातज्वर अपस्मार उन्माद कफ कृमि-नाशक ।

८०. वनमूलसार :- (वनमूले) घाम पित्त सबै वात सङ्गन खटिरादि नाशक, पाँचौलेसित मिलाएमा द्विगुण लाभकारी, आँकका दुधमा मिसायेमा त्रिगुणलाभकारक ।

८१. वन लशुनसार :- कृमि कास श्वास वात पित्त कफ विषदोषनाशक, सुखप्रसूति साल झार्ने कोष्ठश् धक केहीमादक विशद हृष्ट बल्य ।

८२. वनसरलसार :- (वनसल्ला) बालरोग घाम घाउ खटिरा भित्रि चोट लूतो दाद पीडा कण्ठरोग आमाशयरोग प्रदर प्रमेहादि घ्रातुरोग हैजानाशक ।

८३. वाससार :- (वासक अर्थात् असुरो) आँलो प्रमुख निखिल ज्वरनाशक केही तितो हृदयहितकारी हलुको शीतल, कफ पित्त वात रक्तपित्त रक्तविकार कफपित्त कुष्ठ पीडा तृषा कास श्वास गुल्म प्लीहा प्रमेह प्रदर वमन कृमि क्षयरोग नाशक ।

८४. वायुशमनसार :- समस्त वातरोग शमनकारी रुचिकर दीपक पाचक ।

८५. विसूचिका हरसार :- प्रत्येक प्रकारको हैजा ग्रहणी मन्दाग्नि आम शोथ वमन वायुविकार कृमि दोषनाशक ।

८६. विडङ्गसार :- वायुविडङ्ग कृमि कुक्षि शिरउदरशूल गुल्म प्लीहादि नाना वातादि रोगनाशक ।

८७. विजयासार : (भाङ्ग) सुगन्ध तिक्त रुचिकर पाचक दीपक मादक व्रणरोपण वर्णकारक निद्राजनक रक्तशोधक मूत्रशोधक मलरोधक विसूचिकानाशक कायकल्पकारक कृमि कफ पित्त वात शूल गुल्म प्लीहानाशक चक्षुष्य रसायन ।

८८. वृन्दासार :- सुगन्ध पिरो केही उष्ण तेजिलो हृदयहितकारी

अग्निदीपक हलुको कास श्वास कफ कृमि वात वमन दुर्गन्ध कुष्ठ पाश्वर्शूल गुल्म प्लीहा यकृत् रक्तदोष विष मूत्रकृच्छ्र कालज्वरा-दिनाशक ।

८९. शतमूलसार :- (सहस्रबुटी) सुगन्ध शीतल रसायन सत्त्वकर्ष सन्धान सर्वरोगोपयोगी, मुख कण्ठ कोष्ठ अन्त्र पायूपस्थ रक्त मूत्र शुक्र रजोगतरोगनाशक सर्वाषधयोग ।

९०. शतपुष्पसार :- (सुप) तितो पिरो मधुर सुगन्ध शीतल सारक रुचिकारक वीर्यवर्धक गर्भदायक दीपक पाचक ज्वर शूल दाह नेत्ररोग पिपासा घाट खटिरा आर्द्र अतिसार वमन वात पित्त कफ दुर्गन्ध मूत्ररोगनाशक ।

९१. शूरणसार :- टर्गे पिरो कोक्याउने विष्टम्भक मुख कण्ठ-शोधक रुचिकर विशद हलुको कफ अलकाङ्ग फियो गुल्म जठर व्रण दाद रक्तदोष रक्तपित्त कुष्ठ मूत्रदोष आमाशयदोषनाशक ।

९२. सज्जीवनीसार :- सुगन्ध शीतलरुचिकर हृदयहितकारक बलवर्धक अस्थिसन्धान धित्रिचोट मेटने क्षयरोग (टि.बि.) नाशक रक्तशोधक वर्णशोधक शूलनाशक आयुवर्धक कोष्ठबन्धक त्रिदोषनाशक रसायन शक्ति स्फूर्ति दायक ।

९३. सुदर्शनसार : अष्टाविधिज्वरादिनाशक ।

९४. सुगन्धबालासार :- शीतल कटु केशहित पाचक दीपक मधुर रुखो हलुको, वात पित्त कफ कुष्ठ तृषा श्वास कास ज्वर अतिसार अरुचि व्रण विष विसर्प हृदयरोग लालास्राव रक्तपित्तविकार खर्जूरदाहनाशक ।

९५. सेर्मागुरुसार :- क्षय (टि.वि. कालो टि.वि.) मस्तिष्करोग अपस्मार बीलाहापन विष दोषलाग भागनाशक, रक्तरोधक वीर्यवर्धक आयुवर्धक ।

१६. हरितकिसार :- (जङ्गी हरी) टर्रो मधुर त्रिदोषनाशक दुग्धवर्धक रक्तरोधक रक्तशोधक कोष्ठशोधक मण्डिष्क हित कुष्ठ-नाशक वातशामक, यकृत प्लीहा अलकाइ नेत्ररोग शिरोरोग व्रण पित्तक आम गर्भशोथ प्रभृतिनाशक ।

१७. हरिद्रासार :- तितो पीरो तीक्ष्ण वर्णकारक व्रणरोपण उष्ण रुखो रक्तशोधक सूतिकाहितकारक वात पित्त कफ कृमि कुष्ठ कण्डू लूतो प्रदर प्रमेह चर्मदोष क्षत शोथ विष पिनास अरुचि अपच प्रभृतिरोगनाशक ।

१८. हसराजसार :- शीतल बलदायक रसायन रक्तशोधक व्रणरोपण बालरोगनाशक हृदयहितकारक, कास श्वास मूत्रघात हैजा दाह प्रभृतिनाशक ।

१९. हुण्टिन्द्राङ्गुल :- दूवो तुलसीपत्र गेरु बखर समभाग चूर्ण खाने र नाभिमा लेप गर्नाले सर्वदोषहर पुंस्त्वकर धातुरोग जीर्णरोग-नाशक ।

१००. सत्तुकसार :- सनुवा कषाय मधुर रुखो क्षतपूर सर्वस्थावर जङ्गम विषनाशक मूत्रशोधक मूत्ररोधक ग्रहणी अतिसार अशनाशक ।

१०१. समुद्रफल :- आँखाका सबै रोग अग्निदाह घाउ खटिरा विस्फोटादिनाशक ।

१०२. सहदेवा-सहदेवी :- सबै नेत्ररोगमा र विविध (अरु) रोगमा प्रसिद्ध प्रयोग ।

१०३. रक्तिकासार :- (रातिगेडी) पञ्चाङ्ग मधुर शीतल लघु हृद्य चक्षुष्य आयुष्य वृष्य शीतवीर्यवर्धक त्रिदोषनाशक रक्तशोधक नेत्रज्योतिर्वर्धक बुद्धिवर्धक, क्षय कुष्ठ कफ पित्त वात

विकार दाह पिपासा शोथ गुल्म शूल प्लीहा कामलादि नाशक ।

मात्राविचार प्रयोगविधि

अर्क प्रधान औषधी प्रयोग गर्दा गेगीको आयु र बलाबल हेरी, औषधी पनि नजाँ पुगनु तेज मन्द हेरी, शिक्षक निर्देशकहरूले सिकाये निर्देशन दिये अनुसार समुचित मात्रा बनाई प्रयोग गर्नु वाञ्छनीय छ ।

औषधी तौल - परिमाण

- १ रति - १ लाल अथवा ०.१ ग्राम ।
- १ आना = $६\frac{१}{४}$ लाल अथवा ०.८ ग्राम ।
- १ लाला - एक मासाको दशौं भाग ।
- १ तोला - १०० लालको परिणाम या ११.६६ ग्राम ।
- १ मासा = दश रतिको तौल । अथवा १.२ ग्राम ।
- १ सेर - मनको चालिसौं भाग, अथवा - ०.९३ किलोग्राम ।



कान दुखेमा

सर्दीले कि त गर्मिले सुजन हो कान् दुख्छ साह्रै गरी
भाइको पात् टिपि ल्याउँनू र हरियो रस् झिकनू माँडी वरी ।
मन् तातो गरि रस् चुहाउँनु दुई थोपा दुख्या कान्महाँ
नीको हुन्छ दुख्छैन कान् सब जना जानुन् खुशी भै यहाँ ॥

काने गुजी जमेमा

काने गुजि झिकेन क्यैगरि भने पाँचेक वर्षे टरी
ढुङ्गा झै हुन जान्छ दुख्दछ अती पानी परेका घरी ।
अंग्रेजी छ दवाइ नाम उसको भन्छन् गिलिसिन् पनी
सो हाल्नु र नरम् हुन्या छ झिकनू साँचो बतार्यो भनी ॥

नेत्र रोगमा परहेज र औषधी

आँखा दुख्छ भने भुलेर कहिल्यै मासू न खाई लिनु
प्यारी साथमहाँ छ यो पनि भने त्यस्मा न इच्छा दिनु ।
घाम्मा आँधि चले महाँ सडकमा हुँदैन है निस्कन
हेर्नू अक्षर लेख्नु पत्रहरु यो काम् छाडनू सज्जन ॥
आँखा पोल्छ भने तुरुन्त महमा केशर् मिलाई लिनु
घोटी त्यस्कन गाजलै सरि गरी चाँडै न लाई दिनु ।
कूटी प्याज झिकेर पानि उसको लाई दिनु नेत्रमा
नीको हुन्छ रतौँधि यो छ बुझ्नु वैदाङ्गका पत्रमा ॥

आँखा धुने उपाय

चनाको गेडा जति अफीम, ४ दाना मरीच, मासको गेडा जति
तुतिथा, २ पैसाको कपूर त्रिफला, हलेदो इ सबै वस्तु ल्याउनु । सेरभर

जति ठंडा छानेको पानीमा त्रिफला फोरी भिजाई दिनु । यो भिजाउनलाई माँटाको नयाँ हाँडी चाहिन्छ । अरु पनि सबै थोक त्यै हाँडीमा हाली दिनु । हलेदी चाँही कूटेर हालनु । यन्टाभरसम्म भिजन दिनु, अनि पछि सेतो कपडालेई सोही जलमा चोब्डै आँखा धुँदै गर्नु । यो बडो उपयोगी दवाई हो । आँखा दुखने, चस्चसी घाँची बिझाउने, घाममा हेर्न नहुने, हावा लाग्दा सियो घाँचे झैँ हुने आदि नेत्रका सबै व्यथामा तुरुन्त यस्ले फायदा गर्छ । आँखा दुखी रूँदै बसेको मानिस यो हकीमी दवाईले धोओस् ता पन्द्रह मिनिट्मा दुखेको नीको भई हाँस लाग्छ ।

फूलोको औषधी

आँखाका बिचमा फूलो परिगया साह्रै न राम्रो हुँन्या तस्मात् औषधि गर्नु पर्छ जनले काम् छैन शोक्ले रुन्या । सोनामाखि किनेर ल्याउनु अनी हाल्नु मधू त्यस्महाँ फेटी गाजल लाउनु नयनमा फूलो रहन्थ्यो कहाँ ॥

मोतियाविन्दको औषधी

असली भीमसेनी कपूरमा आइमाइका दूध हाली आफू उत्तानू परी सुतेर सो आँखामा हालनु । यस्को अलिक दिन अभ्यास गरे केही दिनमा मोतियाविन्द छुट्छ ।

हिक्का रोगको औषधी

मुजूरको प्याँख पोली तेस्को खरानी २ माशा जती लियेर उत्ती नै महमा मिसाई खानाले कस्तै हिक्का पनि थामिन्छ ।

अथवा- बाख्रीको दूधमा सुठो हाली पकाइकन त्यो दूध खायेदेखि हिक्का बन्द हुन्छ ।

अथवा आँपको पात चिलिममा भरी तमाखू खाये झैं गरी खानाले कस्तै डरलाग्दो हिक्का पनि रोकिन्छ ।

दाँतको औषधी

अथवा सदीले दाँत दुखेको भये सुठो पोली दुखेको दाँतले त्यो तातो सुठो च्यापनु, तुरुन्तै दर्द कम हुन्छ ।

अथवा— दाँतमा कीरा लागेको छ भने कपूर पिँधी किरा लागेका ठाउँमा राखीदिनु कीरा मर्छन्, दर्द पनि आराम हुन्छ ।

अथवा माजूमफल र वज्रदन्ती पिँधी सिधेनुन् हाली मंजन गर्नाले दाँत बहुत बलिया हुन्छन् हल्लदैनन् ।

अथवा— दाँतमा कीरा लागेको भये भट्कटैयाको फल त्याउनु र त्यस्ताई चिलिममा भरी तमाखू खायेझैं गर्नु, भयेका जती कीरा झर्छन् ।

अजीर्णको औषधी

सूठो, पिपला, सिधेनुन, गरी सेतो र कालो जीरा बराबर भाग लिई पिँधनु, त्यस्मा आठ भागको एक भाग हिङ् घ्यूमा भुटेर हाल्नु, त्यो भातसित घ्यू हाली पैल्हे खाने गर्नु ३/४ दिन खानाले रुचि बढ्छ । पाचन हुन्छ, अजीर्णको छर रहँदैन, यो हिंगाष्टक चूर्ण हो ।

हैजाको दवाई

प्याज कुटेर रस झिक्नु । त्यो रस २०/२० शोपा घण्टै पिछे खानू हैजा नीको हुन्छ । तर हैजा लागेमा रोगीलाई व्यर्थ गरेर पनि खान न दिनु ।

अथवा—कपूर, अफीम, माजुफल, काश्मीरी केशर इ वस्तु ५/

५ माशा जति सबै थोक लियेर खूब घोटनु र रति भरका गोली बनाउनु ।
घन्टै पिछे १ गोली तातो पानीसित खान दिनु, हैजा निको हुन्छ । यो
फकीरी दवाइ हो ।

अथवा—यो रोगमा अर्क कपूर भन्ने आयुर्वेदिक दवाइ पनि काम
लाग्छ । सानु टुको मिस्त्री कि भन्ने बतासा, चीनी जे पाइन्छ; त्यस्मा
२/२ थोपा हाली घन्टा घन्टामा ख्वाई दिये झाडा-बान्ता थामिन्छ,
रोगीलाई पानीको अति पियास लाग्छ, पानी खान न दिनु ।

तृषाले बहुत जोर गन्यो भन्ने सौंफको अर्क अलिअलि खान दिनु ।

कपाल दुखेको निको हुने उपाय

दालचिनीको तेल कञ्चटमा र शिरमा घसे निको हुन्छ ।

अथवा गर्मीले कपाल दुखेको भये कपालमा नौनी राख्नु ।

अथवा—ल्वाइ ३ फूलर मटर जति अफिम पानीमा रगेडी कञ्चटमा
लगाइदिये रुघाले कपाल दुखेको निको हुन्छ ।

अथवा—प्याज कूटेर त्यस्को रस कंचटमा घसे गर्मीले दुखेको
कपाल निको हुन्छ

रतिशक्ति बढाउने लड्डु

भाडको पात बीज समेत लियी घ्यूमा भुटनु, अनि त्यस्लाई मसिनु
गरी पिंघनुपश्चात् सूठो, मरीच, हर्षो, पिपला, अमला, बर्रो, काँकडाशिंगी,
घनिजा, कूट, सैंधव, कपूरकचरी, काफल, तालीश-पत्र, नागकेशर,
अजमोद, प्जानो, महुरेठा, मेथी, कालो जीरा, सेतो जीरा इ २० थोक
बेग्ला-बेग्लै मसिनु गरी पिंघनु । अनि छानी एकत्र गर्नु । इ सबैको
जम्मा जती वजन हुन्छ त्यो जती सूठो र सूठोको आधा भाग जति
असल पिश्री हाल्नु । अलिकती असल गाईको घ्यू र अलिकति चोखो

महं हातमा घसी त्यस्ताई मुछी लड्डू बटार्नु । सुवासका वास्ते सुकुमेल
रकस्तुरी र कपूरको धूलो अलिकती छरी दिनु । लड्डू बटारी ध्यू राखने
भाँडाभा राख्नु । रोजको १ गोली लड्डू सँधै बिहान बिहान खाने गर्नु,
यस्ले कफ वातका रोग, शूल रोग र संग्रहणी पनि आराम गर्छ । बुढो
मानिसले २० दिन सेवन गर्‍यो भने जवान हुन्छ । जवानले १० दिन
यो लड्डू सँधै खाये रतिमा अत्यन्त सामर्थी हुन्छ । जस्का घरमा २/
४ स्वास्थ्यी छन् उनीहरूले ता अवश्य खानुपर्छ ।

मेथीको विचित्र लड्डू

सूठो, मरीच, पिपला, हरी, बरौ, अमला, नागरमोथा, कालो जीरा,
सेतो जीरा, धनिया, काफल, पुष्करमूल, काँकडासिंगी, ज्वानो,
सैधव, तालीसपत्र, नागकेशर, तज, मुकुमेलको बीजा, जाइफल,
जाइपत्री, ल्वाङ्क, कपूर, सेतो चंदन इ सबै श्लोक भिन्नाभिन्नै पिंथी मसीनु
गरी यौटैमा मिलाउनु, वजन जति हुन्छ तेतीनै मेथीको धुलो हालनु,
अनि पुरानू गुडको चास्नी बनाई लड्डू बटार्नु । लड्डू तैयार हुन्छ यस्ले
पाचन शक्ति बढाउँछ, आउँका लागि अत्यन्त लाभदायी छ । यो लड्डू
बल वीर्य बढाउनमा पहिला नम्बरको छ । २० प्रकारका प्रमेह र
संग्रहणी, मूत्राघात, पाण्डुरोग, कास क्षय समेत निको पाछै । आँखामा
तेज बढाइ दिन्छ । ढल्केका स्तनकी नारीले यस्को सेवन गरे देखि
फेरि ज्यामिर जत्रा हुन्छन् । धेरै के भनू यस्को महिमा अपार छ । बन्ध्या
स्त्रीले पनि यसैको सेवन अटूट ३ मैन्हासम्म गरी पश्चात् पुरुषगामिनी
भये पुत्र अवश्य पाउँछे ।

जरो निको पार्ने निम्बादि चूर्ण

नीमको पात दशभाग, त्रिफला तीनभाग, त्रिकटु तीनभाग, ज्वानो
पाँच भाग, तीन प्रकारका नुन तीन भाग, जवाखार (अर्थात् जौ को

नुन) दुईभाग इ सबै थोकको चूर्ण गरी प्रातःकालमा खाने गरे- देखि एकुन्द्रो जरो, २ दिन बिराइ आउने जरो, हाडमा घुसेको ज्वर त्रिदोष समेत आराम हुन्छ ।

जरोको रामबाण

कृष्णागुरू, हलेदो, देवदौरू, बच्च, नागरमोथे, हरी, धमासा, काकडासिंगी, भटकटैया, सूठो, त्रायमान, पित्तपाण्डा, नीमको बोटो, पिपलामूल, सुगन्धवाला, कपूरकचरी, पटोल, पिपली, मुरहरा, कुडाछाली, मुहरेठी, सहिजनाको बीज, इन्द्रजौ, शतावरी, दारुहर्दी, रक्तचन्दन, पदमकाठा, चारको लकडी, खस, तज्ज, गोपीचन्दन, शालवन, ज्वानो, अतिविष, बेलको फूल, कालामरीच, तमालपत्र, अमला, गुरुच, कुटकी, चित्रक, पीठवन जम्मा ई सबै ४२ थोक बूटिहरू समानभाग गरी खरीद गर्नु, अनि यस्को आधाभाग किराता लिई सबैलाई कुटनू छानू र चूर्ण गराउनु । यस चूर्णले बात, पित्त, कफ बाट उत्पन्न भयेका अनेक प्रकारका ज्वर, विषम ज्वर, असाध्य ज्वर पनि आराम हुन्छ । फीयो, यकृत् येसले चाँडै निको पाछ ।

क्षयरोग

मनुष्य ले लाजले होस् वा डरले होस् वा कुनै चित्त लागेको काममा एक चित्त गरी दिसा-पिशाब र अधोवायु रोकौ रह्यो भने क्षय रोगको जन्म हुने सम्भावना हुन्छ । ज्यादा स्त्री प्रसंगद्वारा धातु नाश भयेको छ भने क्षयरोगको सम्भव हुन्छ । आफूबाट हुन न सक्ने कामलाई बडो साहसले गरेमा क्षयरोग लाग्न सक्तछ । कैल्हे सारै सबैरै कैल्हे बडो अबेर खानाले यस्को डर रहन्छ । संस्कृत ग्रन्थमा यस्को नाम राजयक्ष्म, क्षयरोग, शोष, रोगराट् इ ४ नाम छन् । जुन मानिसलाई क्षयरोग लाग्ने हुन्छ तेस्लाई अधिक दिन अधि नै सास फेर्दा र सास

लिँदा कष्ट मालूम हुन्छ, अंग कमजोर हुन्छ, छातीमा दर्द मालूम हुन्छ । बराबर कफ निस्कन थाल्छ, खोकी लाग्छ, तालु सुक्छ, खुब निद्रा पर्छ, आँखा सेता होलान्, त्यस मनुष्यलाई मासु खानाको बड़ो तृष्णा लाग्ला । स्त्री-संगमको अति इच्छा लाग्ला, सुतदा काग, दुम्सी, नीलकण्ठ, गिद्ध, बानर, मौसुली मात्र देख्ला । पानी न भयेको नदी खोला र सुकेका रुख आदि स्वप्नमा देख्ला । काँधमा, काखी मनी, हात पाउमा दाह होला, शरीर तातो रहला, धुकदा रक्त आउला, बोली बदलिएला, भोजनमा अरुचि होला, मासु सकिएर दुब्लाउँदै जाला । गालामा, घाँटीको, काँधको, छातीको मासु सुक्ला । पेट, संधि, लिंग, योनी र पिडौला सुक्लान्, मुख निस्तेज मलीन होला । अण्डकोश पनि सुनिएला ।

राजयक्ष्मको औषधी

मसीनु पुरानु चामलको माड न झिकेको भात, गहुँ, मूँगको दाल, असल असल बाइन् (रक्सी), मृगको मासु, चरा चुरुडीका मासु लाभदायी छ । मांस क्षय भयेमा अर्थात् शरीरमा मासु सुखी दुब्लाउँदै गएका मनुष्यलाई मासु बढाउनका लागि खसीको, चराचुरुङ्गीको मासु खान दिनु हितकर हुन्छ ।

परेवा को मासुको चूर्णमा बाख्रीको दूध हाली खाये क्षयरोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा— काकजङ्गको जरो दूधको अनुपान गरी खाँदै गरेदेखि क्षयरोग निको हुन्छ । चीनी, मह, गाईको नौनी खानू । मह र घ्यू बराबर न लिनु, एक थोक कमती र एक थोक बेसी गर्नु । कफ धेरै भए मह धेरै लिनु, बात अथवा पित्त अधिक भये घीउ ज्यादा लिनु र खानु, अनि पछि दूध पिउँनु । क्षयरोगले दुब्लाउँदै जान लागेको मानिस हृष्ट-पुष्ट हुँदै जानेछ ।

अथवा जाइफल, वायुविडङ्ग, चित्रक, तगर, तिल, तालीशपत्र, चन्दन, ल्वाइ, सूठो, करौंजी, शोधेको कपूर, अमला, हरौं, मरीच, पिपला, दालचिनी, बंशलोचन, तमालपत्र, नागकेशर, सुकमेल इ जम्मा २० थोक औषधी बराबर १/१ तोला ल्याई राख्नु । २८ तोला भाँड ल्याउँनु र इ सबै वस्तुको तौलकोबराबर मिश्री हाली चूर्ण गर्नु, यो चूर्ण बिहान बेलुका सेवन गर्दै रहे क्षय, कास, श्वास, संग्रहणी अवश्य निको हुन्छ ।

अथवा— अदुवा ६४ तोला, चीनी ११२ तोला, पिपला ४ तोला, पिपलामूल ४ तोला, मरीच ४ तोला, सूठो ४ तोला, चित्रक ४ तोला, वायुविडङ्ग ४ तोला, नागकेशर ४ तोला, नामरमोथ ४ तोला, दालचीनी ४ तोला, सुकमेल ४ तोला, तमालपत्र ४ तोला, कपूर ४ तोला इ सबैलाई मिलाई खूब पकाउनु । यस्का ४ तोलाका दसले प्रतिदिन सेवन गरे राजयक्ष्म, रक्तपित्त, कास, श्वास, अरूचि, मन्दाग्निमा बिजुली झैं अमर देखिन्छ, अवश्य सेवन गर्नु ।

अम्लपित्तको औषधी

जौ, पिपला, पटोल इ तीन थोकको काढा पकाइ महसित खानाले अम्लपित्त, अरूचि, वमन निको हुन्छ ।

अथवा गुर्जो, खयेर, महुरेठी, दारूहल्दी इ ४ थोक ल्याई पानी हाली काढा पकाउँनु र महसित खानू अम्लपित्त निको हुन्छ ।

अथवा— गुर्च, नीम, परवरको पात, त्रिफला इ सबैको काढा पकाई सेलायेपछि अलिकति मह हाली खाए अनेक प्रकारको अम्लपित्त आराम हुन्छ ।

अथवा सूठो, मरीच, पिपला, हरौं, बरौं, अमला, दालचिनी, जीरा, सेतो, जीरा, धनियाँ, कुट अजमोद, असली लोहभस्म, असल

अश्रकभस्म, काँकडासिंगी, काफल, नागरमोथे, जाईफल, सुकमेल, जटामसी, तमालपत्र, तालीशपत्र, नागकेशर, ज्वानो, कपूरकचरी, महुरेठी, त्वाङ्, रक्तचन्दन ई सबै बूटीहरू बराबर भाग ल्याई जम्मा गर्नु । यही बराबर सुठोको धूलो जम्मा गर्नु, दुगुना मिश्री, चौगुना गाईको दूध हालेर सबै औषधी मिलाई पकाउँनु, यो पाक प्रतिदिन १ तोला बेहान बेलुका दूधको अनुपान गर। खान ता कस्तै कस्तै अम्लपित्त, अरुचिशूल, मुटु दुख्नु, बान्ता हुनु, घाँटी पोलनु, सर्वाङ्गको दर्द निको भया शरीरमा बल लाग्छ । मूत्रकृच्छ्र रोग पनि यस्तै नाश गर्छ, तर कमसेकम यो दवाई १५ दिन जति खानुपर्दछ ।

गंडमालाको उपाय

सस्यू, सहिजनको बीज, सन्को बीज, आलस, जौ, मूलाकोबीजा इ सबै वस्तु अमिलो मोहिमा पिंथी गंडमालामा लेप गर्नु, चाँडै आराम हुन्छ ।

अथवा— इन्द्रायणको जरो वा विष्णुकान्ताको जरो, गहुँतको अनुपानले पिये कस्तै पुरानू गंडमाला पनि नष्ट हुन्छ ।

भस्मकरोर औषधी

जब मनुष्यको कफ सकिन्छ, तब बायुसित मिलेको पित्त कुपित भयेर शरीरको गर्मीले जठराग्निमा बल पुर्‍याउँछ । तसर्थ जठराग्नि प्रबल भयेर जे खायो सो तुरुन्त हजम हुन्छ । क्रमशः यस्तै रक्त, धातु, मासुलाई पनि पचाउँन थाल्छ, जसकारण मनुष्य चाँडै नै मृत्युका मुखमा पर्न जान्छन् । यो रोग लाग्ने मानिस खान पायो भने केही कालका लागि शान्त हुन्छ, फेरी भोजन न गरी हुँदैन । यो रोग लागेमा खायेको वस्तु अति चाँडो पची फेरी भोक लाग्दछ । यसैबाट अरू रोग जस्तै

मूर्छा रोग, दाहसोग, तृषारोगले पनि जन्म लिन्छन् । यस रोगमा अजीर्ण होला भन्ने फिक्री न मानी बराबर खान दिनुपर्छ, खान न दिनाले अझ उल्टो रोगीको ज्यान जाने सम्भव रहन्छ । यस्ता रोगीलाई खान दिँदा बरू मासको दाल, मासका बारा र मासुका परिकारहरू भन्ने खूब ध्यू तेल परेका पक्वान वा गुरू वस्तु अर्थात् धेरै बेरमा पचन सक्ने वस्तुहरू दिनु उचित छ । रोगीले दिउँसो पेटभरी खाई सुत्नु असलु छ ।

औषधीमा— हरी, अमला, बरौ, नागरमोथे, वायुविडङ्ग, पिपला, मिश्री, अपामार्गको डाँठ पात बीज सबै थोक मिलाई कुटी चाटने गरे भस्मक रोग निको हुन्छ ।

अथवा— अपामार्गको बीजा दूधमा पिँधी खीर पकाई भोजन गरे कस्तै घोर भस्मक रोग पनि निर्मूल हुन्छ ।

उदावर्त रोग

१. अधोवायु रोकनाले पेट फुल्छ, पेटमा दर्द हुन्छ, दिसा साफ हुँदैन, पिशाब पनि रोकिन्छ, तसर्थ अधोवायु न रोक्नु ।

२. दिसा रोकनाले पेटमा गडबडि, शूलको दर्द, उर्द्ध्वात हुन्छ । मुखबाट मल निस्कने सम्भव रहन्छ, तसर्थ मनुष्यले दिसा जान मन लागेमा हजार काम छोडेर पनि पैल्ले दिसा फिरी अनि अरू कार्यमा चित्त लाउँनु उचित छ, दिसा न रोक्नु ।

३. पिसाब रोकनाले पेटमा र पुरुष चिन्हमा शूलको जस्तो दर्द उठ्छ, मूत्रकृच्छ्र रोग लाग्छ, कपाल साह्रै गरी दुख्छ । तिघाका जोर्नीमा कटकटी खान्छ, तसर्थ पिशाब कहिल्यै न थाम्नु ।

४. हाई आयेको रोक्नु छैन । यो रोकनाले घाँटी अकडिएला, शिरमा दर्द होला, अनेक प्रकारका वातरोग र मुखरोग, नाकका

रोगहरू सबैले कष्ट देलान्, कान पनि खूबै चर्की दुख्छन् । तसर्थ जुम्भा [हाई] लाई कसैगरी न रोकनु उचित छ ।

५. चोटलाग्दा आएको आँशु, दुःख शोकले आएको आँशु, आनन्दले निस्केको हर्षाश्रु यिनलाई न रोकनु, रोकनाले कपाल भारी हुन्छ, नेत्ररोगहरू पैदा हुन्छन् । पिनास पनि हुन्छ ।

६. छिक्का रोकनाले गर्दन, घाँटी, गल्लो जकडिन्छ । मस्तक, शूल, मुख टेढो हुने रोग, शिरको दर्द, मुख टेढो हुने रोग, शिरको दर्द इत्यादि रोग लाग्छन् । शरीरका इन्द्रियहरू बेकामका हुन्छन् । इन्द्रियहरूमा शक्ति न रहे फेरि दुनियाँको काम कसरी चल्छ? तसर्थ आएको छीँक [छिक्का] कसै न रोकनु ।

७. डकार पनि रोकनु छैन । यो रोकनाले कण्ठ, मुख भारी रहन्छ । जे खाएको छ सो घाँटिभै रहे जस्तो हुन्छ हृदय [मुटु] मा सियोले घोचे झैँ पीडा उत्पन्न हुन्छ, वायुसम्बन्धी अरू अरू अनेक रोग पैदा हुन्छन् ।

८. वीर्य राकनाले घेटमा, पुरुष चिन्हमा र अण्डकोषमा पीडा भै सुनिन्छ । पिशाव रोकिएला तथा वीर्य बहने प्रमेहहरू पैदा होलान् ।

९. पानीको प्यास रोकनु अर्थात् पानी खान मन लागेका बेलामा पानी न खानाले अरुचि हुन्छ, केही काम न गरे पनि उसै जाँगर मरी आउँछ, ज्यू बेसरी गल्छ, कण्ठ र मुख सदा सकि रहन्छ कान उस्तो सुनिँदैन, मुटु दुख्छ ।

१०. निद्रा पनि मारनु छैन । राती न सुती निद्रा मारनाले आङ् दुख्छ, ज्यादा हाई आउँछ, आँखा कमजोर हुन्छन्, मस्तक बडो भारी रहन्छ, तन्द्रा लाग्छ, तसर्थ नींद खेर न हालनु ।

उपदंश रोग

प्रिय पाठक! यस्ताई हिन्दी भाषामा गरमी र उर्दूमा आतशक की

बिमारी भन्दछन् । यसले बडो दुःख दिन्छ । यो रोग सानु हैन जस्लाई भोगनु परेको छ उहि जान्ता । हस्तक्रिया गरी वीर्य फाली दिनाले, कन्याउँदा खेरी नड्ले साह्रै खत लागनाले, राप्परी साफ गरी न धुनाले, ज्यादा स्त्री संगममा लागी रहनाले, आफू भन्दा साह्रै ठुला स्त्री-सित सहवास गर्नाले, बान्ह वर्षदेखि कम उमेरकी केटीसित स्त्री पुरुषको व्यवहार गर्नाले उपदंश रोग पैदा हुन्छ । गरमीको रोग भयेकी स्त्रीको संग-साथले, प्रदर रोग हुने कामिनीसित दोस्ती गर्नाले, न छुने भएकि [परसरेकी] स्त्रीसित बस-उठ गर्नाले पनि उपदंश रोग लाग्छ ।

धेरै कालसम्म विवाह न भई रहेकी वा ब्रह्मचारिणी सित रसवश गर्नाले, अकामवती अर्थात् मन न भएकी भाभिनीसित संसर्ग गर्नाले उपदंश रोगको जन्म हुन्छ । यो उपदंश रोग पाँच प्रकारको हुन्छ भनी वैद्य शास्त्रमा लेखिएको छ । उत्तम औषधी लेख्दछु

हरो बरो अमलाको काढा पकाई घाउ धुँदै गरे, केही कालमा उपदंश आराम हुन्छ ।

अथवा- नीमको अन्तर छालो, चिरायतो, हरो, बरो, अमला, परवर, करंज छाल, जाईको पात, खयेर, चित्रक यिनीहरूलाई कल्क बनाई काढामा सिद्ध गरेको घिउ सब तरहको उपदंशलाई लगाउँदै गरनाले यक्का आराम हुन्छ ।

अथवा- जंगी हरो अर्थात् सानू हरो ४ तोला, नीलो तुथो तोला ३ ल्याई दुवै चीजलाई निम्बूका रसमा सात दिनसम्म खल गर्नु र चना जत्रा गोली पार्नु । यी गोलीमध्ये सँधै १ गोली चीसो पानीसित खानु । आहार फगत भात मूँगको दाल गाइको ध्यू रहनु पर्छ । यो औषधी गर्नाले मैन्हा दिनभित्रमा आराम हुनेछ ।

प्रमेह रोग

बिना काम घरमै बसी रहनाले, कुम्भकर्ण सुते झैं ज्यादा गरी

सुती रहनाले, कैल्हे गाईको कैल्हे भैंसीको दूधको दही, कैल्हे बाख्रो वा उँटिनीको दही खानाले भेडा कि बोकेको मासु अटूट गरी खानाले भाछा ज्यादा खानाले, हाँसको घामु सँधै खानाले, गुलियो मिठाईहरू मात्र खानाले, कफ गरउने पदार्थ भोजन गर्नाले यो रोग पैदा हुन्छ ।

दारूहल्दी, त्रिफला देवदारू र नागरमोथे इ ४ थोकको काढा खुवाउँनु, प्रमेह निको हुन्छ ।

अथवा— चन्द्र रहित अभ्रक भस्म, त्रिफला, वेसार ली महले चाटेदेखि सर्व प्रमेह निको हुन्छ ।

अथवा— प्रतिदिन बिहान शिलाजीत, दूध र चीनीसित खाने गरे २४ दिनका भित्रैमा जस्तो सुकै प्रमेह भए पनि आराम हुन्छ । शिलाजीत असल शोधित चाहिन्छ

बहुमूत्र रोग

प्रिय पाठक! धेरै रूखी प्रसङ्ग गर्नाले, शोक फिक्री मान्नाले, ठूलो परिश्रम गरी रहनाले, शरीरका प्रत्यंगमा रहेको पानी आफ्नू ठाउँदेखि गिरेर मूत्र मार्गमा प्राप्त हुन्छ र स्वच्छ पानी पिशाबको रूपले निस्कन लाग्छ, यसले गर्दा मनुष्यलाई कमजोर बनाइ दिन्छ, भोग शक्ति घट्दछ, मुख, तालु सुख लाग्छ, तृषा ज्यादा लाग्छ ।

यसको उपाय

पाकेको केरा, अमलाको रस, मह र मिश्री इ वस्तु ताजा दूधमा हाली खानाले बहुमूत्र आराम हुन्छ । २१ दिनतक खानु ।

अथवा— असल वैद्यकहाँको अर्थात् शोधित पारो, बंगलौह र अभ्रकको भस्म सम भाग लिनू र थोरै मह मिलाई खल गर्नु, अनि मासका गोडा जत्रा गोली पार्नु । सँधै प्रातः कालमा आफ्नू नित्य कर्म

सकी एक गोली महको अनुपानका साश्च गरी जम्मा २१ दिन खानाले कस्तै डर लाग्दो बहुमूत्र रोग पनि आसम हुन्छ, शरीरमा बल बढ्छ, मासु लाग्छ, भोगशक्ति पुनः देखा पर्छ ।

नपुंसकता अर्थात् नामर्दीको कारण

प्रिय पाठकवृन्द! शीतपदार्थ खानाले, रुक्षपदार्थ खानाले, कुहेको गलेको वस्तु अट्ट खानाले, ज्यादा शोक गर्नाले, मनमा धेरै चिन्ता राखनाले, सँधै डर मानी रहनाले, स्त्रीसित सहवास ज्यादा गर्नाले, इच्छा न गरेकी स्त्रीसित अर्थात् जुन स्त्रीलाई कामेच्छा छैन ऊसित बलात्कार भोग गर्नाले यो रोग लाग्छ ।

सधैं ब्रतादि वा निराहार गर्नाले पनि मानिस नामर्द (नपुंसक) हुन्छन् । ज्यादा भोको बस्नाले धातु क्षीण हुन्छ, धातु क्षीण भयेपछि, बल हीन भएर ओछ्यान पर्दछन् । यो बीजोपघातक नपुंसकता हो ।

ज्यादा अमिलो खानाले, अपच भएमा पनि भोजन गर्नाले धेरै पानी खानाले, विषम भोजन गर्नाले, ज्यादा दही खानाले, पर न सरेकी स्त्रीसित बसउठ गर्नाले, हस्त मैथुनको आदत गर्नाले, ब्रह्मचारिणी स्त्रीसित रमण गर्नाले, न नुहाएकी अर्थात् ४ दिन पनि न पुगेकी रजस्वला स्त्रीको उपभोग गर्नाले, दूषित स्त्री चिन्हवालीसित गमन गर्नाले, पशुहरूसित मैथुन गर्नाले, लिंगमा चोट लाग्नाले, स्थूली-करणका लागि अनेक न चाहिने न चाहिने औषधी लगाउँनाले, रतिमा गिर्न लागेको धातुलाई रोक्ने कोशिश गर्नाले पुरुष चिन्ह शिथिल भई नपुंसकता प्राप्त हुन्छ ।

ध्वजभंगबाट भएको नपुंसकतामा लिंगमा सूज देखिन्छ, पीडा पनि हुन्छ । खटिराहरू, बिमिरा बिमिरा निस्कन्छ, तेसैका तापले गर्दा जरो, तृषा, भ्रम, मूर्च्छा र वान्ता आउँछ । रातो, कालो, नीला, गन्हाउँने

रगत बग्दछ । आगोले पोले झैं डाहा हुन्छ, विशेष गरेर यस्तो दाहा पेटमा, अंडकोशमा र जोनी जोनीमा दाह हुन्छ । सके घाउमा कीरा पनि पर्ला र अंग गली गिला । इ सबै उत्पात ध्वजभंगबाट भएको नपुंसकताको लक्षण हो । बृद्धमानिसको शुक्र क्षीण हुन्छ, त्यस अवस्थामा अति परिश्रम गर्नाले, जस्तै धेरै हिंडनु, धेरै लेखनु, धेरै सिउनु गर्ने गर्नाले जरा-सम्भव नपुंसकता हुन्छ ।

मनुष्यको धातु क्षीण भए पछि फुकी ढलने, बिना सत्वको हुन्छ । चिन्ता ज्यादा गर्नाले, डर, रीस, आर्काको डाहा गरी रहनाले, निर्धो भएर पनि धेरै ब्रत बस्नाले क्षयज नपुंसकता हुन्छ । हृदयको धातु रस क्षीण हुन्छ र मानिस पनि क्षीण हुँदै जान्छ । कच्चा उमेरमा अर्थात् सानै सानु बचमा अति मैथुन गर्नाले पनि धातु क्षीण हुन्छ र क्षयरोग पैदा हुन्छ ।

तसर्थ बुद्धिमान्ले बडो सावधानीसाथ आफ्नू वीर्यको रक्षा गर्नु, वीर्य रक्षा गर्नाले कुनै रोग पनि पूर्ण बलले हमला गर्न सक्तैन प्रारब्धले गर्दा कुसंयोग परी रोग लागे पनि जस्तै वीर्यको संरक्षण गरेको छ उसले अलिकति उपय, औषधी गर्नासाथ रोग आसम हुन्छ, नपुंसकतामा बाजीकरण औषधी भर्नुपर्छ ।

बाजीकरण भनेको शुक्रलाई बढाई पुरुषत्व पैदा गर्नु हो । यो बाजीकरण मनुष्यको परम उपकारी छ । पदार्थमा जुन वस्तु मीठो चिल्लो, चिप्लो, मनलाई खुशी गराउँछ सो पनि बाजीकरण हो । बदामको हलुवा, कमलगट्टाको हलुवा, मैदाको हलुवा, मस्ला परेको, खार, मलाही, राबडी, दूधको खावा, फिनीका साथमा खावाको भोजन, मस्लाका लड्डू कि भने बर्फी, घ्यूको स्याहरी, घ्यूमा तारेको परवर आदिको तर्कारी र खूब चिल्लो मसला हाली कायदासाथ मन्द आँचमा पकायेको कवाब पनि बाजीकरण हो । मसीनु रेशमी वस्त्र

(धोती) पैहेकी, पानी मलमलको निहायत, महीन गुलाबी चोलो लगाई छाती कसेका, हातका औंलामा जडेको औंठी र गलामा सुनको हार लगाएको, गोडामा हल्का (खोक्रा) कल्लो र पातलो कम्मरमा सुनको कन्दनी पैहेकी, चढ्दो बघकी (१५ पुगी १६ मा पाउ राखेकी) कानमा भएको मोती वा हींगको यारिङ्गनाकको लाल जडेको फूलीले शोभायमान भएकी, सुगन्धी तैलले बडो सफाई साथ कपाल कोरेकी, पान खानाले ओठ राता गराएकी, नेत्रमा गाजल र गालामा पाउडर, लाली घसी सिंगारिएकी, निर्दोष अंगकी, सुशील स्वास्नी बाजीकरण हो । यिनलाई देखेपछि कस्तै पुरुष पनि चलायमान हुन्छन्, तसर्थ, बाजीकरण हो । यस्ती स्त्रीको सहवास पछि स्नान गरी भये दूध पिएर सुतनाले बल वीर्य बढ्ने हुनाले यो पनि बाजीकरण हो ।

चढ्दो उमेरको निरोगी पुरुष छ र तेसले नित्य बाजीकरण सेवन गर्छ भने नित्य स्त्रीप्रसंग गरे पनि हानि छैन । वृद्धपुरुष जसलाई स्त्रीगमको इच्छा छ, जो अति प्रसंगले भोग-शक्ति कम भै नामर्द भएका छन्, जस्को वीर्य अल्प छ, जसका घरमा व्याहिता ४/५ स्त्री छन्, जो धनवान् छन्, तिनीहरूले अवश्य बाजीकरण सेवन गर्नु-पर्दछ । बाजीकरण सेवन गर्नाले रतिमा घोडाको झैं शक्ति बढ्दछ । “बाजी” संस्कृतमा घोडालाई भन्दछन् । अनेक प्रकारका शर्वतहरू र अरक पिउनाले पनि बाजीकरण हुन्छ । कसैका कोमल कण्ठनालिबाट निस्केका बाणी अथवा संगीतको अलाप पनि बाजीकरण हो ।

अंगराग, बुकुवा उग्रटन गर्नु र तैलको मालीश गराउँनु पनि बाजीकरण हो, जुनेली रात प्यारीको कोमल हात, प्यारको बात, पान खानु, पुष्पको शैय्या वा फूलका गजरा पनि बाजीकरण हुन् । इ सबै थोकले पुरुषरूपी ढुकुटीमा वीर्यरूपी क्याम्प भर्दछन् ।

बाजीकरणको औषधी

मासलाई खूब राम्रो गरी धोई पखाली साफ गरी ताजा दूधमा हाली पकाउँनु फेरी त्यसलाई असल ताजा मैदामा हाली भुटेर पुरी बनाई खानाले स्त्री भोगमा अति सामर्थ्य हुन्छ ।

अथवा—पिप्पली, मासको गेडा, मसीनु चामल, जौरगहुँ समभाग अर्थात् बरोबर लिई पिंथी मर्हान गर्नु—सकं कपडछान पनि गर्नु, त्यसलाई मुछी छ्यूमा पूरी पकाउनु त्यो पूरी र दूध, बतासा खानाले सयओटीसित पनि न डराउने होइन्छ । यो खूबै पुरुषार्थ बढाउँछ ।

अथवा—पहिले पाला बियाएकी गाई जस्को बाछो ठुलो भएको होस्, ती गाई मासको पात खाइ रहकी हुन्, तिन्को दूध वीर्य बढाउँनामा अति उपयोगी छ । बाजीकरणबाट स्त्री पुरुष दुवैमा अत्यन्त प्रीति उत्पन्न हुन्छ । असल सन्तान पैदा गर्न सकिन्छ । पुरी सरी आउने, धनवान् मनुष्यले त अवश्य यसको उपभोग गर्नुपर्छ । नहुनेले के गर्ला? गरीबले आफ्नू वीर्य रक्षा गरी प्रकृति देवीका भरोसामा काल काटनु उचित छ ।

अण्ड वृद्धि

यो रोग हुने मानिसले घोडा न चढ्नु, ज्यादा श्रम न गर्नु, स्त्री संगमलाई त्यागनु, धेरै न खानु, ज्यादा भारी-गन्हाँ कुरो न उठाउनु, भोको न बस्नु, मलमूत्रको बेग न रोक्नु उचित छ ।

जानू जङ्गलमा उखेल्नु बढिया छानेर इन्द्राइनो त्यस्को मूल पिंथेर चूर्ण गर्नु एरण्डको तेल पनि ।
हाली खानु भया त सात दिन जति दूधको अनूपान् गरी छुट्थ्यो निश्चय अण्डवृद्धि सहजै अब्बल् दवाई परी ॥

अथवा- बचरसस्युको कल्प लेप गर्नाले पनि अण्डवृद्धि बस्दछ । नीलकमलको जरो घिउमा पिंथी लेप गर्नाले अंडवृद्धि नाश हुन्छ । सूँष, देवदारु, चन्दन, बेसार, दारुहल्दी, सुकमेल, जीरा, स्याह जीरा, नागकेशर, बच, त्रिफला, कूट, जटामसी, गुग्गुलु, रास्ना, काकडासिंगी, चित्रक, बायुविडंग, असगन्ध, कुसीलो, कुटकी, सेंधव, तगर, जाइपत्री, कमलका जरो इ सबै थोक एक एक तोला जम्मा गर्नु अनि खल् गर्नु । तेस्मा ६४ तोला घ्यू हालनू । अडुसा, गोरखमुण्डी, एरंड, नीमको पात, भटकटैया यिनको रस ६४ तोला जम्मा र दूध ६४ तोला मिलाउनु र पकाउनु । त्यो घिउ खानाले अण्डवृद्धि अनि फियोसमेत नाश गर्छ ।

भगन्दरको औषधी

त्रिफलाको रसमा बिरालोको हाड घोटो भगन्धरमा लेप गर्नाले यो रोग निको हुन्छ ।

बिच्छीले टोकेमा औषधी

कपासको पात र रायो पिंथी लेप लाउनाले बिच्छीको विष उत्रन्छ ।

अथवा- जमालगोटा पानीमा पिंथी लेप लगाये पनि बिच्छीको विष दूर हुन्छ ।

शुद्ध रजको पहिचान

आफ्ना टाढममा अर्थात् मैन्हा पुगेका दिन न छुने हुँदा, रज हुँदा दाहा न होस्, चिप्लो मालूम परोस्, पाँच दिनभन्दा पर न जावस् । रङ्ग खरायो को रगत जस्तो रातो होस्, पानीले कपडा धुनासाथ झट्ट जावस् अर्थात् कपडामा चिन्ह न रहोस्, त्यस्तो रज शुद्ध हुन्छ भनी वैद्यशास्त्रमा पारङ्गत भएका महात्माहरू भन्दछन् । शुद्ध रज भयेकी स्त्रीले गर्भधारण गर्न सक्तछन् ।

प्रदरको औषधी

कुहेको सडेको वस्तु खानाले, रक्सी, जाँड, शराव धेरै खानाले, सधैं जुन सुकै खाने कुरो खाँदा पनि ठोसी ठोसी घाटिसम्म खानाले, भात खाई सक्ने बिनिकै फेरी खाने कुरो खानाले, सदा अजीर्ण भइ रहने प्रकृति वा रोग हुनाले, गर्भपात हुनाले, ज्यादा मैथुन गर्नाले, ज्यादा घोडा चढी मात्र हिँडनाले, सँधै शोक र फिक्रीमा डुबी रहनाले, धेरै व्रत र उपवास गर्नाले, गह्रौं गह्रौं वस्तु उचाल्नाले कि बोकी हिँडनाले, दिउँसो खूब सुत्ने बानी पार्नाले, वातपित्तकफरसन्निपातका भेदले चार तरहको प्रदर रोग आइमाइलाइ लाग्छ । प्रदर हुने स्त्रीको शरीरमा ताकत रहँदैन, वर्कत हुँदैन । केही मिहिनेतको काम न गरे पनि ज्यू गली गली आउँछ, कैल्हे काहीं मूर्च्छा पनि परिन्छ, लागु खाये झैं सदा झ्याम्म पारी रहन्छ, खूब प्यास लाग्छ, शरीरमा चटपटी दाह हुन्छ, जिऊ पहुँलो हुन्छ । वातसम्बन्धि प्रदरको यही लक्षण हो ।

कफबाट हुने प्रदरमा माड जस्तो पहुँ लो र सेतो रङ्गको पानी बहन्छ, पित्तबाट भएकोमा पहुँ लो, नीलो, रातो, कालो, तातो, बडो वेगले बहने प्रदर हुन्छ ।

वायु बिग्री भयेको प्रदर अलिअलि गुलाबी रङ्गको फीँज सहितको अलि अलि निस्कने हुन्छ । सन्निपातबाट भएको प्रदर रोगमा मह र घिउ मिलाउँदा जुन रङ्ग बस्छ उसै रंगको, बोसो जस्तो दुर्गन्ध भएको प्रदर बहन्छ । प्रदर हुने स्त्रीहरू सन्तान जन्माउन सक्तैनन् ।

१. विरेनून, जीरा, महुरेठी, नीलकमल इ चार थोक ल्यायी इन्को चूर्ण गर्नु । जस्तलाई वातसम्बन्धी रक्तप्रदर भएको छ उस्ले महको अनुपान गरी ७ दिनसम्म खानु, आराम हुन्छ ।

२. दाख हल्दी रसांजन, चिरायता, अडुसा, नागर मोथे, बेलको फल, भलायो इन्को काढा पकाई मह (सहद) सित खानाले कासो पहुँलो, रातो, नीलो र बडो दर्द भई बग्ने प्रदर, श्वेतप्रदर भए निको हुन्छ ।

३. अशोकको बोट्टाको काढा पकाई दूधलाई खूब तताई सो ठण्डा गरी सधै प्रातः समयमा खानसके रक्तप्रदर निर्मल भै निको हुन्छ, १५ दिनसम्म खानु ।

४. बधरलाई मसीनु गरी पिँधी चाकुसित खाने गरे प्रदर निको हुन्छ ।

५. लाहा धु रित अलिकात खानाले पनि प्रदर आराम हुन्छ ।

अथवा— काकजंघाको मूल (जरो) १ तोला जती र चौला री मिलाई खाये श्वेतप्रदर निको हुन्छ ।

अथवा— काँचो केरा दूधमा पकाई खानाले प्रदर निको हुन्छ ।

सोम रोग

यो रोग स्त्रीहरूलाई मात्र हुन्छ । ज्यादा पुरुषसित संभोग गर्नाले, ज्यादा शोकले, ज्यादा परिश्रम पर्नाले, अतिरेचकले अर्थात् धेरै जुलाब खानाले, दिनभरी सिउँने कामगरी रहनाले शरीरको पानी बग्न थाल्छ, सो भूत्रमा बदलिएर सफा सङ्गो चिसो गन्ध न भयेको हुन्छ । कैल्हे काँही सो थामनु पनि कठिन हुन्छ । रोगीको मुख र तालु खूब सुक्छ । ज्यादागरी हाई हाई आउँछ । सोमरोगको उत्पत्ति यही हो ।

औषधिमा— केरा, अमलाको रस, मह, चिनी मिलाई खानाले यो रोग आराम हुन्छ । थोरै भने पनि ७ दिनसम्म नित्य प्रातःकालमा अवश्य सेवन गर्नु ।

कान पाकेको (पीप बगेको) मा औषधि

कान् पाकेर बहन्छ औषधि पनी भन्छू म त्वस्को यहाँ
 कान्मा पानि पयो कि दुध् परिगए दुख्ला खुबै कान्माहाँ ।
 पाऊभर् जति पानिमा फिटकिरी भासा दुई हाल्दिनु
 पच्कामा उहि पानि ली तिन पटक कान्भित्र धोई दिनु ॥

॥१॥

अत्तर हाल्नु गुलाबको अलिकती थोपा दुई टप्दपी
 अर्को औषधि ता समुद्र फिजको धूलो छ भन्छन् तपी ।
 कान् पाकी बगने निको सहजमा होला अलिक् दिनुगरे
 एती मै घबराइ बैद्यहरूका पासमा नजानू अरे ॥

॥२॥

दैनिक प्रयोग हुने केही औषधिका नाम

सौवीर	=	बधर	मोचा	=	सिमल
ऐरावत	=	सुन्तला	मोचा	=	केरा
रसाल	=	आँप	गायत्री	=	खयर
काशिक	=	गोकलधूप	शिवी	=	शमी
शीत	=	बोहोरी	कारम्भ	=	गुहँलो
प्रियाल	=	चिरौजी	निम्ब	=	नीम
गंभारी	=	खमारी	शिशपा	=	सिशौ
कुलक	=	कुचिलो	कपितन	=	शिरीष
कुम्भी	=	काफल	चम्पेय	=	चाँप
अग्निमुखी	=	खुर्सानी	दरक	=	दारिम
अग्निमुखी	=	भलायो	नादेयी	=	वज्रदन्ती

कन्दराल	- गीठो	श्रीपर्ण	- गिंदरी
जीवक	सत्तिसाल	सिन्धुक	= सिमाली
सर्ज	= साल	चेणी	= वनतोरियाँ
तापसतरु	चिउरी	मातुलपुत्रक	- धतुरो
बुक	गुम्पाती	दावी	- चुत्रो
अनन्ता	सिस्नु	यष्टी	- जेठीमधु
प्रयोदनी	- विहीँ	नाकुली	तितेपाती
वशिर	- चाँप	घाषक	तोरी
कृष्णाला	- सतिगेडी	जाली	चिचिण्डो
कोला	- पिपला	एला	अलैंची
शतावरी	- कुरिलो	धातूफली	- अमला
वृष	= असुरो	हिमावती	- थाकल

दैनिक प्रयोग हुने अन्य चीजहरूका नाम

नीरसेन	नास्पाती	जम्बीर	- ज्यामीर
विभीतक	- वर्रो	मातुलिंग	बिसीरो
ब्रह्मदारू	= निम्बू	वृन्ताक	भैण्डा
अक्षोट	ओखर	शिथी	- सिमो
लकुच	बडहर	कर्कटी	- काँक्रो
उद्दालक	- लप्सी	कुष्माण्डी	बोडी
निम्बूक	- कागती	पठेलिका	= चिचिण्डो
गोस्तनी	= अंगुर	कारवेल्ल	= करेली (लो)
हनु	- कालो हलेदो	पटोल	परबर
केशिनी	- सिन्काहुली	घोषक	तोरियाँ

नेपाली र हिन्दी भाषाका प्रचलित केही औषधि द्रव्य

जेठीमधु	- मुलेठी (मुलहठी)	करवीर	= कनेर
राजवृक्ष	- अमलतास	असुरो	= अडुसा
सालधूप	= राल	काठछो	= कौंच
भृङ्गिराज	= भारङ्गी	इन्द्रायण	= इन्द्रेणी
काफल	= कायफल	इमली	= अमिली
काँचो लाहा	= कच्चा लाख	गन्ना	= उँखु
हलेदो	= हल्दी	चुत्रो	= दारुहल्दी
उशीर	= खस	सिहुँडी	= थूहर

संस्कृत र नेपाली भाषामा केही जडीबूटीहरूको नाम

वल्लरी	= तुलसी	माधवी	= बेली
छदन	= घात	चंपक	= चाँप
कुसुम	= फूल	कुमुद	= सेतो कमल
पाठला	= पाङरी	कर्णिकार	= काठचाँपो
अश्वत्थ	= पीपल	कदम्ब	= कदम
हेमदग्ध	= डुम्री	शिरीष	= इन्द्रकमल
मल्लिका	= बेली	अव्यथा	= स्थलकमल
चित्रक	= चितु (नो)	हयमार	= करवीर
अलर्क	= आँक	पुन्नाग	= चिलाउने
गुग्गुलु	= गुग्गुलि	अतिपुष्प	= वसन्त फूल
वृक्षरूढः	= वृक्षरूढः	कनक	= धतुरो

छिन्नरूहा	= गुर्जो	शाल्मल	= सिमल
गोकर्णी	= भोर्ला	सिंहारस्य	= असुरो
श्रयसी	= बाटुल्पाते	मन्दार	= बकाइनु
मर्कटी	= काउछो	मन्दार	= पारिजात
शंवरी	= मुसली	"	= शृङ्गार
केशपर्णी	= अपामार्ग	किंशुक	= पलाँश
रोहितक	= गुराँस	दुग्दा सिण्डी	= स्यूँडी
केतकी	= केवडा	गोस्तनी	= दाख
गिरीपर्णी	= वन केवडा	क्षिरशुक्ला	= कुभिण्डो
पारिजात पाटल	= गुलाफ	प्रचोदनी	= सिंभी
सपर्णी	= छत्तिवन	हरितक	= हर्षो
ग्रन्थिल	= काजिमो	जम्बू	= जामुनु
कर्कस	= मखमली	मुद्ग	= मुगी
नयावर्त	= शयपत्री	यज्ञाङ्ग	= डुम्री
लंकाश्वरी	= लंकासानी	चमारिक	= कोइरालो
वज्रपुष्प	= तिलको फूल	कृतमाल	= राजवृक्ष
शृङ्गी	= उतिस	तुङ्ग	= चिलाउने रुख
दुग्धिका	= दुधिलो	पीतन	= अमारो
मधुरिका	= बन्सो	मधुक	= मौवा
विड्मल	= बेत	अक्षीव	= सहिजन
फेनिल	= रिठो	(बाँकी दोस्रो भागमा)	

मानिस किन दुब्लाउँछ?

आफ्ना मान्छेहरू देखि टाढाका ठाउँमा बसी ।
सुख भोग मिलेकोले दुब्लाउन परेछ कि ? ॥

॥ १ ॥

आफन्तको सकेसम्म गर्छु भन्दा पनि भलो ।
बाझिन्छन् पापिई आफैं कि त्यसले देह गल्न गयो ॥

॥ २ ॥

गुणले आफु भन्दा झन् कम्ती जो ती महाशठ ।
धनको धाकले हेप्छन् त्यसैले गलियो कि त ? ॥

॥ ३ ॥

गुणवान् बुद्धिमान् विद्वान् छौ स्वयं नै यहाँ तर ।
पाउँछन् मान छोटाले त्यो देखी गलियो कि त ? ॥

॥ ४ ॥

आफ्नो जीवन निर्वाह गर्ने क्यै छैन साधन ।
सानो पेशा लिई बस्न जाती भन्दैन यो मन ॥

॥ ५ ॥

आफ्नो इज्जत धाग्नैमा महामुश्किल पर्दछ ।
कि यै कारणले गर्दा भइयो अति दुर्बल ? ॥

॥ ६ ॥

टाढाको बात सोचेर गरिइन्छ कुरा जति ।
उडाउँछन् त्यती मूर्ख त्यसैले गलिन्छ कि ? ॥

॥ ७ ॥

भैगो यो बिचरालाई के सताउँ भनीकन ।
दया गरेर छाडेको जो हो त्यै मात्तिईकन ॥

॥ ८ ॥

जितैं भनी अझै उल्टो हेपी धाक लगाउँछ ।
तेस्तो देख्नु परेकोले यसरी गलियो कि त ? ॥

॥ ९ ॥

आफ्नो उद्देश्य खोलेर भनिइन्छ सरासर ।
उद्देश्य पनि राम्रो छ छन् बुझ्ने पनि मानिस ॥

॥ १० ॥

तर बूझ पचाएर क्वै दिंदैन सहायता ।
यस्तै कारण पर्नाले यस्तरी गलियो कि ता ? ॥

॥ ११ ॥

कि कुनै शत्रुले आई मित्र जस्तै कुरा गर्‍यो ।
गयो ठगेर भागेर, न्यसल गलनू पयो ॥

॥ १२ ॥

कि मूर्खहरू मैं आफ्नो सिद्धान्त लाद्न खोज्दछौ ।
बुझ्दैनन् ती बुझाएर राम्रो बात बनाउँछौ ॥

॥ १३ ॥

तर तिम्ले भने जस्तो कोही गर्दैन आखिर ।
त्यसै कारणले गर्दा भयौ यस्तरि दुर्बल ? ॥

॥ १४ ॥

कि आफ्नो धन विद्या र बुद्धिले न अँठ्याइने ।
वस्तुको चाहना गर्छौ यौटा उत्साह मात्रले ॥

॥ १५ ॥

त्यस्मा सफलता कति न मिल्नाले गरीकन ।
खिन्नता बढ्न जानाले गलन थाल्यौ दिनै दिन ॥

॥ १६ ॥

छन् तिम्री सुन्दरी पत्नी छिमेकी धनवान छ ।
तन्नेरी छ तिम्री भन्दा गुण्डो छ रूपवान छ ॥

॥ १७ ॥

तस्मात् पत्नी उतातर्फ लाग्ने संभावना रही ।
चिन्ता पर्न गएकाले यसरी गलिए छ कि ? ॥

॥ १८ ॥

पुरानो मित्र क्वै तिम्रो अर्काको बातले गरी ।
तर्कको छ त्यसैलाई लिन्छौ फर्काउने मति ॥

॥ १९ ॥

तर त्यो मूर्ख मान्दै न शत्रुका साथ हिँड्दछ ।
यही कारणले गर्दा यति साह्रै गल्यौ कि त ? ॥

॥ २० ॥

आफ्नै पौरखले तिम्रो जो सम्मान भयो त्यही ।
भन्छन् मित्रहरू यस्तो दिलायौँ हामिले मिली ॥

॥ २१ ॥

सरासर झुठो यस्तो पचुपर्ने भईकन ।
गलियो कि लिई चिन्ता यै कुराको दिनै दिन ॥

॥ २२ ॥

मनमा छ कुनै यस्तो अभिप्राय अति प्रिय ।
मिल्छ मिल्दैनको; शंका त्यसमा छ बराबर ॥

॥ २३ ॥

यसर्थ यो कुरा खोल्न अल्लि संकोच लाग्दछ ।
न खोल्दा पोल्छ यस्तैले भइयो कि त दुर्बल ? ॥

॥ २४ ॥

भिनै सिद्धान्त बानी छ धेरै मान्छेहरूकन ।
चाहन्छौ तिमि सद्भाव बढाएर रिझाउन ॥

॥ २५ ॥

सबैको मन राख्दैमा साह्रै मुश्किल पर्दछ ।
यस्तै यस्तै परेकाले यसरी गलियो कि त ? ॥

॥ २६ ॥

भिन्न भिन्नै तिमी धेरै दिन देखि कुनै कुरा ।
चाहन्छ्यौ लिन वचै मौका मिलाई राम्ररी बरा ॥

॥ २७ ॥

अकस्मात् तर त्यै चीज अर्कैले लैदियो चुँडी ।
त्यै सङ्ग्री पछुतो पर्दा यसरी गलिए छ कि ? ॥

॥ २८ ॥

कि विद्या छैन चाहन्छौ विद्वान्को मान पाउन ।
छौ कातर र इच्छा छ देख्नुन पसक्रम ॥

॥ २९ ॥

यस्तै आफ्नो हुती भन्दा खोज्छौ बाहिरको जश ।
जस्तो गर्दा पच्यो होला यसरी बन्नु दुर्बल ? ॥

॥ ३० ॥

आफ्ना आधारमा बाँच्ने मान्छे छन् दुःख पीडित ।
उन्को उद्धारका लागि छौ तिमी पनि चिन्तित ॥

॥ ३१ ॥

तर के गर्नु ? आफैमा ठूलो आर्थिक कष्ट छ ।
यस्तै परेर त होला बनेको अति दुर्बल ? ॥

॥ ३२ ॥

परस्पर रिसाएका आफन्त इष्टमित्रको ।
चाहन्छौ प्रेम सम्बन्ध बढाउन यथार्थको ॥

॥ ३३ ॥

झन् त्यस्मा दुइटै पक्ष शंका गर्छन् तिमीसित ।
पर्दा असजिलो यस्तो चिन्ताले गलियो कि त ? ॥

॥ ३४ ॥

छोरो उद्दण्ड निस्वयो किं किं ज्वार्यो धृतहा बन्यो ।
किं पत्नी भै दिई उल्लू यसैले गलनू पय्यो ॥

॥ ३५ ॥

(महाभारत अनुशासन पर्व अ० १२४ मा यो प्रसंगका श्लोक दा० पा० सहित श्लोक ३५ छन् । पं० श्री मुकुन्दशरणज्यूकृत 'म० भा० सू०' मा संस्कृत श्लोक २३ मात्र छन् तापनि श्लोक ३५ कै भावहरू खिची उहाँबाट अनुदित हुन्) । संपादक

सन्दर्भसूची

यस आयुर्वेद सार दर्पण (घरेलु वैद्य) को सम्पादन गर्दा उत्तर भागमा उल्लिखित केही औषधीहरूका लागि मैले निम्न पुस्तकहरू पनि हेरेको छु—

भावप्रकाश निघण्टु	इन्द्रजाल	चरक संहिता
स्वास्थ्य रक्षा	अर्जाण मञ्जरी	युवामञ्जका केही अंकहरू
स्वास्थ्य विज्ञान	शिखरनाथ भाष्य	आयुर्वेद सार दर्पण
चिकित्सा चन्द्रोदय	सर्वार्थ भाषा जातक	औषध पूर्ण चन्द्रोदय
नाडा परीक्षा	रसगज महोदधि	सजिलो स्वास्थ्य विज्ञान
नाडी विज्ञान	गर्भ निरोधककी औषधीयाँ	कोक शास्त्र इत्यादि

परिशिष्ट

यस आयुर्वेद सार संग्रहको केही पाण्डु लिपि पत्रहरूको नमूना यहाँ प्रस्तुत गरिएको छ । यसबाट पाठकहरूलाई उक्त औषधीको र पुस्तकको परिपाटी हृदयङ्गम गर्न सघाउ पुग्नेछ र यस दिशामा समीक्षकहरू निश्चय नै लाभान्वित हुनेछन् । साथै तात्कालिक भाषिक प्रयोग प्रवाहको विम्बलाई प्रतिविम्बित गर्ने यी नमूना पत्रहरू भाषिक इतिहास र प्राचीन भनी कि ग्रामिण भाषा विज्ञानको क्षेत्रमा अभिरुची राख्ने अनसन्धाताहरूका लागि पनि उपयोगी हुने भन्ने हामीलाई लागेको छ ।

अथ

परिशिष्ट भाग

पथ्यापथ्य विचार

(स्वानुभव)

॥ अपथ्य—

पीरो, तेल, अमिलो, पिंडालु, मसुरो, तामा र भेन्टा, सिंभी
 ठूलो माष, खुदो, केराउ लतरी, तीता जति छन् बढी ।
 बण्डा गोभि, अपथ्य धेर कटहर, आमीष, बासीहरू
 रोगीले अनदी गरिष्ठ चिज धेर यद्वा न चाखौं बरू ॥

॥ १ ॥

आँखा ज्योति पिंडालुले बढ्छ रे आँखा दुखेमा त यो
 झन् दुख्ने छ पिंडालुले यहि सरी गाभा अनौ कर्कलो ।
 गेष्टिक, शूल, प्रसूति, धातु, कफशूल, घाऊ र खोकी, दम
 बढ्छन् किन्तु बफाइ खानु यसरी होला असर् क्यै कम ॥

॥ २ ॥

चीया-गेष्टिक, धातु, कब्जियत भो मन्दाग्नि गर्दिन्छ है
 सदी, सूज, ज्वरांश, खोकि छ भने छाड्नु मही पर्छ है ।
 तत्कालै दुहुँदै छ दूध बढिया, पीनास रोग् बढ्दछ
 ताती तर् झिकि दूध खानु हित हो आफैं विचार गर्नु छ ॥

॥ ३ ॥

(दहि. दूध, घिउ हीन खालि गोमूत्र मात्रि जो ।
धेरै खाए त प्राणान्तै पानै खोज्दछ जान्नु सो) ॥

॥ ४ ॥

तामा, भेन्टा, सिंभी यी बहुत लिइ रहे रोगिमा हुन्न वेश
खानै मन् भो बफाई अलि अलि लिनुहोस् भन्छु फेर चीज दोष ।
ठूलो माष् भो केसौमा लतरि न लिनुहोस् मध्यमै जान्नु आलु,
खाँदी अम्लपङ्कजा बिज सब बुझनु आमचीमा विषालु ॥

॥ ५ ॥

बोडो बर्षे हिउँदे अति कमि लिनुहोस् फसिँ लौका कुधिण्डर
वेश् हो झूमे करेला परिमित लिनुहोस् कम्ति नै खानु बोडा ।
थोरै खानू कुडनी न लिनु अझ असल् भट्ट झन् कम्ति खानु
धेरै के भन्नु रागी चिजकन उसिनी पानि फालेर खानू ॥

॥ ६ ॥

भन्छन् पौष्टिक मासु औ फुलहरू कवै रोग झन् बढ्दछन्
आँखा रोग र खोकि बढ्दछ भनी खानेहरू भन्दछम् ।
कोदो भट्ट चना गहत् यिनिहरू हुन् पौष्टिकी नै तर
रोगीले अति कम्ति खानु, नहिँ ता होला न पचे डर ॥

॥ ७ ॥

केरा घ्यू दहि दूध साथ न मिले पानी मुछे पच्दछ
केरा मात्र र अन्नमा मिसिलिए पच्दैँन छीटो उ त ।
काँचा-धेर-गुलिया र अन्न मिसिँदा दुष्यद्भिँ बन्छन
छती पोल्दछ धेर नून अमिल्ला पीरा कुपथ्यै हुन ॥

॥ ८ ॥

धेरै नून, गुलियो न खानु बढिया तातो न चीसो बढि
पौष्टिक् हो दुध 'तर' न खानु तर धेरै गेष्टिक् हुने पेट बढी ।
विष्टा मूत्र न रोक्नु, धेरै उपवास ठिक हुन कवै रोगमा
खानै हुन अजीर्णसाथ कहिल्यै रोगादि छन् भोगमा ॥

॥ ९ ॥

मूलाको बिउ औ विरेनुन मिसी यो पाचकी चट्नि भो
मूला नित्य र धेरै खाइरहिए शिर पेट दुख्दिन्छ है ।
फूलगोभी पनि धेरै खाउँ त भने बढ्दै पिनाश दुख्छ शिर
पौष्टिक् हुन् फल फूल साग तर पिनास बढ्दै गई दुख्छ शिर ॥

॥ १० ॥

(हरिया साग आदिले आँखाको तेज बढ्दछ ।
पिनाश टाउको दुख्ने छ त त्यो अझ दुख्दछ) ॥

॥ ११ ॥

शुद्धाशुद्ध परै रहोस् लसुनले हित गर्छ कवै भन्दछन्
आँखा रोग र घाउ आदि छ भने बढ्ता दुखी कन्दछन् ।
च्याऊ, छ्यापि, लशून, गाजर, पियाज् ब्रह्मत्व नाशीदिने
हुन् है, खान्छन् औषधी भनि कुनै को होस् न खा भन्दिने ॥

॥ १२ ॥

मेरो स्वानुभवी कुरा सुननुहोस् प्याक्नोस् कि वा हाँस्नुहोस् ?
दुःखी भैकन रोग लाग्दछ भने हो नर्क यो शोचुहोस् ।
जाने वा यदि पाइए जडिबुटी थिच्थाच् गरी प्युनुहोस्
दुष्पश्यादि न खानु, पथ्य परिमित मात्रै सदा खानुहोस् ॥

॥ १३ ॥

लाग्यो ता जुन रोग होस् उहि बढी हो औषधी गर्नुहोस्
 भोगेको छु पिनास रोग शिरको कस्तो छ यो सुनुहोस् ।
 छन् पौष्टिक फल फूल साग र दही, नौनी, गुलीया चिज
 खायो ता शिर दुख्छ होस गरदै आफै विचार गर्नु छ ॥

॥ १४ ॥

भाग्ये हीन छ ता हुँदै न फलिभूत् सम्पूर्ण उद्योगमा
 पूरा औषधि लाग्दै न कुपथिक् क्षीणाय दुर्भागिमा ।
 चिन्ता छाडनु, कर्म गर्नु, फलको आशा न राख्नु अरै
 खानू पथ्य, सुशास्त्रसङ्ग हरिनाम् यो औषधी दिव्य रे ॥

॥ १५ ॥

आयुर्वेद सुविज्ञले भनुन वा होमोपथिकले भनुन्
 ऐलोपैथिकले भनुन् तर यि ता दुष्पथ्य नै चीज हुन् ।
 कोही रोगमहाँ हुन् चिज कुनै खानु हुने क्वै तर
 धूवाँपान त वीषकै सरि बुझी छाड्नुोस जन्मै भर ॥

॥ १६ ॥

॥ एउटा कुरा

हैजा रोगिकनै सुसार गर्ने मौका परेका दिन
 धूवाँपान गरी सुसार गरदा सदैँन रे तेस्कन ।
 यो मात्रै गुण हो र? बानि छ भने जो मद्यसेवीकन
 खाना पच्दछ रे तथापि न गरौँ गाँजादिको सेवन ॥

॥ १७ ॥

विषय जति सबैको बैगुनै पो बखानै
 शिव! अब कुन मिल्ता चीज रोजेर खाने ।

सब चिज उहि छन् रे भात रोटीहरूमै
समुचित छ विरागै थप्पु संतोष साथमै ॥

॥ १८ ॥

॥ पथ्य—

जस्का छन् विषयादि वा धन कि वा राख्ने रुची स्वास्थ्यमा
भन्छू ती जन निमित्त छन् विषय जुन संझीलिए चित्तमा ।
खानू सीमित मात्र चीज जुन होस् खायो त धेरै भने
बन्छन् ती विष झैं न खानु अति धेरै आरोग्य बस्ने भए ॥

॥ १९ ॥

ठूलो केरौ, मुगीमाष, अरहर र चना सागमा चंसुरादि
बेथे, जिधरे र पर्वर, चिथरि यि वनका बोहरी-फूल आदि ।
रानी भ्यागुर मिलेमा बनतरुल कि ता फूल गोभी घरेलु
चिप्ले भेण्डी, कुभिण्डो, तिरहिरबकुलो^१ कम्ति नै खानु आलु ॥

॥ २० ॥

चैला वेश् हो मुगीमाष सरि हित गरने धार हुने घिरंलो
थोरै खानोस् चिचिण्डो सरदि यदि भए कम्ति खानू घिरंलो ।
क्वैरालो फूल वेश् हो, अति कमि घटनी मात्र काहीं करेली
पानी फाल्नु बफाई बिघति चिज भए रोगिले यो नभूली ॥

॥ २१ ॥

॥ पानी—

हिक्का, विष, मद, धातु, पित्तहरूमा हित् हुन्छ चीसो जल
कफ, कम्पन्वर, वात, रुघा, अरुचि, शूलमा वेश तातो जल ।

१ - बकुलो = बकुल्लेसिंभी, सिर्जन ।

पैला छाननु फेर उमालनु हओस् तम्किन्न जुन् पात्रमा
राख्नु स्वास्थ्य विचारि उष्ण यदि वा चीसो छ वेश् आफुमा ॥

झीजो अलिछ न ली यही गरनुहोस् सुस्वास्थ्यकारी जल
एकदिन् रात कटी उ जल् न पिउनु अर्को उमाल्नु जल ॥

॥ २२ ॥

॥ निद्रा—

भन्छन् छन् पुरुषार्थ चारु जति हउन् सारा पुरुषार्थमा
प्रातःकाल न सुत्नु संझ मनमा कवै भन्छु दुर्भागिमा ।
शिर् दुखे र रुघा पिनाशहरुमा स्त्रीलम्पटी आदिमा
प्रातः होस् जुन काल होस् बढि सुते हित हुन्छ र देहमा ॥

॥ २३ ॥

सुत्दा कम्बल होस आफ्नुसँगमा ओडौं न ओडौं तर
आग्लागी हुन गो वरीपरि भने ओडी हिडौं बाहिर ।
शय्याका नजिकै हओस् जल सधैं छानेर ढाकीकन
चिन्ता कति कुनै न ली सुतनु रे सर्वेश संझीकन ॥

॥ २४ ॥

॥ चिन्ताग्निमा न पोलिऔं—

चिन्ताले जिउँदै जलाउँछ कुनै पागल् सरी बन्दछन्
कोहीमा उपचार नै विफल भै आपत्तिमा पर्दछन् ।
तस्मात् दुःख र पीर जे जति परोस् चिन्ता न लिईकन
उत्साहा शुभकाम धैर्य लिउँ रे सास्तिक्य सद्भावना ॥

॥ २५ ॥

५ बाल रोग (बालबेधा)—

छेनें, पैट् फुलने, ज्वरांश, अरुची, खाना न पछे हुँदा
यस्ता बालक बालरोगि भनछन् बूढाबुढी सोधदा ।
आकाशबेलि, अजम्मरी, सिमलिका रस् आधि चंचा निले
लामा धामि र वैद्य डाक्टर कुनै चाहिन्न रे यनिले ॥

॥ २६ ॥

५ कसले के भन्दछन् ?

भन्छन् वैद्य त वायु पित्त कफ नै हुन् रोगका कारण
ज्योतिर्विद् ग्रहदोष, भूत पुजने राख्छन् भर्तुधारण ।
प्रारब्धै भनि भन्दछन् मुनिहरू, होलान् सबै जे हुउन्
दुष्पथ्यादि म मान्छु रोग हुनमा पैलो यही संझिउन् ॥

॥ २७ ॥

५ विषालु—

छत्तिवन्, सिउँडी, खिरोँ, भलायो र गौलारिँची ।
हरिताल, चितो, गन्धक् विष हुन् होश गरौँ अति ॥

॥ २८ ॥

५ औषधि विवेचना—

रक्तश्राव, विषघ्न निम्ति र अनी तेस्तै कुनै रोगमा
यी छाडी अरुमा सुठो र अदुवा, पिप्ला विघत् छन् ममा ।
हित् गर्देन सितोपलादि पनि लौ पीरो भई धातुमा
एकै रोग हओस औषधि उही मिल्दै न है सर्वमा ॥

॥ २९ ॥

रोगीको प्रकृति-स्वभाव र अनी बेला र ठाउँ अरू
हेर्नुपर्छ उमेर, रोग कसरी लाग्यो उ कारणहरू ।
पथ्यापथ्य र बानि के छ उसको पैलो कि वा जीर्ण हो ?
जाँची औषधि गर्नु, कान्-नयनमा वेजाँच चीज् वीष हो ॥

॥ ३० ॥

५ एउटा विन्ती-

चिन्दैनाँ ति जडीबूटीहरू कुनै कोही कहाँ हुन्न
कुन मैह्रा कुन चीजमा गुण बढी हुन्छन् पच्यो जानन ।
बोक्रा, पात, गुदी, जरा कुन कती, केमा मिस्रे वेश् हुन ?
आयुर्वेद सुविज्ञ औ अनुभवी निःस्वार्थिले भन्दिनन् ॥

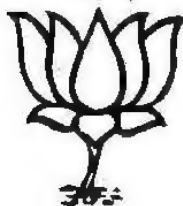
॥ ३१ ॥

यौटा विन्ति छ औषधी जडिबुटी जस्तो सुकैको हओस्
बोटै मर्नि विऊ विनाश गरिने यस्तो कहिल्यै न होस् ।
धारी पाप छ नाशिण जडिबुटी यो बात संझीलिनोस्
आयुर्वेद, अथर्ववेदहरूले भन्छन् उहाँ हेर्नुहोस् ॥

॥ ३२ ॥

आयुर्वेद सार दर्पण (घरेलु वैद्य)

समाप्तम्



जाँदा जाँदै एउटा कुरा

पाठकवृन्द! यो आयुर्वेद सार दर्पण पुस्तकको जीर्णोद्धार भएपछि यथाशीघ्र प्रकाशन गर्ने सिलसिलामा थुप्रै प्रकाशकहरूसँग हात जोर्ने काम भयो, तर कतैबाट पनि यसको उद्धार हुने उपाय न देख्दा यो थोत्रो कापी बोकेर किन हिँडिरहें हुम्ला? भनेर पछुतो र निराश न भएको पनि होइन । कतिपय प्रकाशकले त हुन्छ म छपाइ दिन्छु भनेर दराजको एउटा कुनामा २/३ वर्ष जति थन्क्याइदिनु पनि भयो । हुन त मैले राख्नु र उहाँहरूले राख्नुमा धेरै फरक थिएन पनि । यस्तै आरोह र अवरोह पार गर्दै अन्तमा दुर्गा साहित्य भण्डारका प्रबन्धकज्यूले यस पुस्तकप्रति देखाउनु भएको चासो र सक्रियताले गर्दा नै पुस्तक यसरूपमा आउन सकेको हो । पुस्तकमा दिइएका कतिपय विषयहरूमा सिलसिला मिलाएर (क्रमबद्ध) ले राख्ने इच्छा थियो । परन्तु म आफूलाई समयको अभाव र लेखक र प्रकाशक यद्वा मुद्रकको दूरी निकै टाढा भएकोले आफूले न चाहँदा न चाहदै पनि कतिपय कुराहरूमा अपूर्ण भएको हुन सक्छ ।

पुस्तकको उपयोगिताको बारेमा भद्रभन्दा पनि आजभन्दा १६४ वर्ष अगाडि लेखिएको उक्त आयुर्वेदसङ्ग पुस्तकलाई सामान्य संशोधन बाहेक हामीले जस्ताको तरै राख्ने प्रयास यस संस्करणमा गरेका छौं ।

साथै त्यस समयको भाषा, लेखाइ र औषधी गर्ने परिपाटी के

कस्तो थियो भन्ने थुप्रै पाठकहरूको जिज्ञासाको पिपासा मेटाउन परिशिष्टभागमा करीब ४ पेज जस्ताको तस्तै (प्रतिलिपी) राख्ने यथोचित प्रयास गरिएको कुरा सचेत पाठकवृन्दमा अवगत न हुने कुरै भएन । धेरै धेरै महानुभावहरूले उक्त प्राचीन ग्रामीण भाषालाई संशोधन गरेर अहिलेकै प्रचलित भाषामा राख्न दिनुभएको सुझाव र अनुरोधलाई अर्को संस्करणसम्मका लागि सुरक्षित राख्ने काम गरेका छौं ।

अरू पनि थुप्रै महानुभावहरूबाट यस्तै किसिमको सुझाव र सल्लाह प्राप्त हुन आएमा आगामी संस्करणमा संशोधन गर्ने प्रयासलाई सर्वप्रथम मान्यता दिइने छ ।

साथै हामीले यस्तै धरेलु जडीबूटीसम्बन्धी पुस्तकहरूको दोश्रो र तेस्रो भाग पनि तयार गर्ने तर्खारमा छौं, कृपया आफूले जाने बुझेका, अनुभव गरेका र बुढापुरानाहरूबाट देखी सुनी आएका औषधी-हरूका बारेमा जानकारी प्राप्त छन् भने हामीलाई लेखी पठाउनुहोला । हामी त्यस्ता रचनाहरूलाई स्वागत गर्नेछौं ।

अन्तमा, यो धरेलुवैद्यको पुस्तकलाई अझ उपयोगी र प्रभावकारी बनाउन आफ्ना अमूल्य सुझावहरू भए लेखी पठाउनुहुने नै छ भन्ने पूर्ण आशाका साथ—

ओमप्रकाश अधिकारी

जिल्ला नवलपरासी, अग्यौली गा. वि.स.+पो. आ.

वार्ड नं. ८ डण्डा (गोर्सती चोक)

(नवलपुर), लु. अ. (नेपाल)

सम्पादकद्वारा सम्पादित केही पुस्तकहरू

१. ब्रह्मकर्म (प्रकाशित वि.सं. २०३२)	समाप्त
२. स्तोत्र पुष्पाञ्जलि (विविध स्तोत्रहरूको संग्रह) (२०४६)	१०/-
३. कर्त्तव्य दर्पण (मानवधर्म रहस्य दर्शन) (२०४७)	४०/-
४. दिव्यमधु (अर्थात्-मौरीको गुनासो-कविता संग्रह) (२०४८)	१०/-
५. श्राद्ध पद्धति: (नेपाली भाषा टीका सहित) (द्वितीय संस्करण)	
६. मानवधर्म (पद्यमा) (२०४९)	८/-
७. अष्टावक्र गीता (नेपाली पद्यानुवाद सहित) (२०५०)	२५/-
८. आनन्द दीपिका (गोपीगीतसहित) (२०५१)	५/-
९. हिसक कृषक तुलना (मामु र हलोको तुलना) (२०५१)	१५/-
१०. गुलाफको फूल र मौरीहरू (सायरी संग्रह) (२०५४)	२५/-
११. सिद्धगणेशस्तोत्रम् (मूल) (२०५५)	६०/-
१२. अन्त्यकर्म पद्धति: (नेपाली भाषा टीका सहित) (२०५५)	५०/-
१३. ज्ञानरत्नमाला (पद्यमा) (२०५६)	२०/-
१४. संसार देखी लाग्छ सारै उराठ (पद्यमा) (२०५६)	१५/-
१५. आयुर्वेद सार दर्पण (घरेलु वैद्य) (२०५६)	१३०/-
१६. व्यवहारोपयोगी सार संग्रह (प्रथमभाग)	प्रकाशोन्मुख
१७. बालबोधनी श्रीरुद्राभिषेक पद्धति: (नेपाली भाषा टीका सहित)"	
१८. सजिलो विवाह पद्धति: (नेपाली भाषा टीका सहित)	"
१९. तिलक रहस्य दर्पण (तिलकसम्बन्धी विवेचना)	"
२०. सूक्ति सुधा (केही मननीय सूक्तिहरूको संग्रह)	"
२१. श्रीराधाकृष्ण स्तोत्रम् (मूल)	"
२२. अग्निस्थापना पद्धति: (नेपाली भाषा टीका सहित)	"
२३. चुटुकिला भजन संग्रह र श्रीकृष्ण चरित्र (तीजको गीतको लयमा)"	
२४. धर्मोपदेशमाला (पद्यमा)	इत्यादि